المرشد الطبي للأسرة

الطبعة الأولى

١٤٣٠هـ - ٢٠٠٩ م

المملكة الأردنية الهاشمية

رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية

٦١٥.٥٤

الحلو، سمير

المرشد الطبي للأسرة/ سمير إسماعيل الحلو. ـ عمان: دار المأمون، ٢٠٠٨.

(١٨٥) ص.

ر. أ.: (٣٥٦٠/١٠/٢٠٠٨).

* تم إعداد بيانات الفهرسة والتصنيف الأولية من قبل دائرة المكتبة

٠٠٩٦٢٦٤١٦١٨٢١

٠٠٩٦٢٧٧٧٣٠٣٠٢٥

٠٠٩٦٢٧٩٥٥٠٤٨٦٨

E-mail:samir_hilo@hotmail.com

E-mail:samir_hilo@yahoo.com



دار المأمون للنشر والتوزيع

العبدلي - عمارة جوهرة القدس

تلفاكس: ٤٦٤٥٧٥٧

ص.ب: ٩٢٧٨٠٢ عمان ١١١٩٠ الأردن

E-mail: daralmamoun@maktoob.com

المرشد الطبي للأسرة

إعداد
د/سمير إسماعيل الحلو

دار المأمون للنشر والتوزيع

أهمية سورة الفاتحة

قال رسول الله ﷺ:

«إنَّ الله لَم يَنزِلُ داءً إلاّ أنزلَ له شِفاءً، عَلِمَهُ من عَلِمَهُ، وجَهِلَهُ مَنْ جَهِلَهُ» رواه أحمد.

وقد ثبت في الصحيح من حديث أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قال:

انطلق نفرٌ من أصحاب النبي ﷺ في سفرة سافروها، حتى نزلوا على حيَّ من أحياء العرب فاستضافوهم، فأبوا أن يُضيِّفوهم، فلُدغَ سيُّدُ ذلك الحي، الذين نزلوا، لعله أن يكونَ عند بعضهم شيء، فقالوا: يا أيها الرهط، إنَّ سيدنا لُدِغَ، وسعينا له بكل شيء، لا ينفعه شيء، فهل عندكم أحد منكم من شيء؟ فقال بعضهم:

نعم، والله إني لأرقي، ولكن والله لقد استضفناكم فلم تضيِّفونا، فما أنا لكم براقٍ حتى تجعلوا لي جُعْلاً، فصالَحوهم على قطيع من الغنم، فانطلقَ يَنْفِلُ عليه ويقرأ: ﴿ٱلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ ٱلْعَـٰلَمِينَ﴾ [الفاتحة:٢] فكأنما نشطَ من عِقَال، فانطلق يمشي، وما به قَلَبَةٌ – أي علة-، فأوفهم جُعْلَهُم الذي صالحوهم عليه، فقال بعضهم: اقتسموا، فقال الذي رقى: لا تفعلُ حتى نأتي النبيَّ ﷺ، فنذكر له الذي كان، فننظر ماذا يأمرنا. فقدموا على رسول الله ﷺ، فذكروا له ذلك، فقال: «وما يُدريكَ أنَّها رُقية؟ فد أصبتُم، اقتسموا واضربوا لي معكم سهما» انتهى.

إن سورة الفاتحة لها شأن كبير، فهي بالإضافة إلى كونها السبع المثاني والقرآن العظيم، فإن فيها من الأسرار ما لا يعلمه إلا الله، والراسخون في العلم، ممن فتح الله بصائرهم على أسرار كتابه العظيم.

وإن من خصائصها العظيمة قدرتها الشفائية العجيبة، التي إن قرأ بها موقن رأى العجبَ العُجاب، ومن ذلك ما مرَّ من رقية الصحابيَّ الجليل على اللدغة.

ولكن ينبغي التفطن إلى أنه مع وجود القدرة الشفائية لسورة الفاتحة؛ فإن فاعليتها لا تكتمل إلا بقوة همة قارئها، وصدق إيمانه، ورسوخ يقينه، ثم قَبُول المحل لها – أي نفس المريض - فمتى تأخر الشفاء، فإن ذلك عائد إلى

ضعف القارىء، أو لعدم قبول نفس المريض، أو لأسباب أخرى قوية لا يعلمها إلا الله.

فإذا قام المسلم بقراءة سورة الفاتحة على مرض، أو لسعة، أو لدغة، فعليه استحضار معانيها العظيمة، واستشعار دلالاتها وخفاياها اللطيفة، ثم التفل على موضع الألم، أو في الماء المراد شربه، ويطلب من المريض التيقن أن فيها الشفاء الأكبر بإذن الله، وبذا يتحقق المراد، ويحصل الشفاء.

حادثة

إحدى الحوامل كانت تعاني من آلام شديدة في أسفل الظهر، وهي لا تزال في أول الحمل، فأحضرلها زوجها الأطباء إلى البيت، فلم تسعفها الأدوية المسموح بإعطائها للحوامل في هذه الفترة، و ازدادت حالتها سوءاً، وبدأت تستفرغ الدم بعد تناولها للعلاج، فسُقط في أيديهم، وبقيت المرأة مستلقية على ظهرها طوال الوقت، لا تستطيع الحراك إلا للضرورة القصوى، مما أحال البيت ومن فيه إلى حالة بائسة. فقمت مستعيناً بالله بقراءة سورة الفاتحة على كأس ماء، فشربته المريضة، وهي ترجو من الله الشفاء، فإذا بها كأنما انطلقت من عقال بفضل الله سبحانه وتعالى.

والفوائد الشفائية المجتناة من سورة الفاتحة كثيرة جداً، وقد حدثني العديد من الصالحين – الذين نحسبهم كذلك – ولا نزكي على الله أحداً، إنهم يقومون بالاستشفاء بهذه السورة من كثير من الأمراض العارضة التي تُصيبهم وتُصيب عيالهم، والقصص في ذلك أكثر من أن تُحصَر.

ولابن القيم – رحمه الله – كلام نفيس في شأن الرقية بالفاتحة، أسوقُ فيما يلي بعضاً منه؛ لمزيد من الفائدة، حيث يقول:

«فما الظن بفاتحة الكتاب؛ التي لم ينزل في القرآن، ولا في التوراة، ولا في الإنجيل، ولا في الزبور مثلها، المتضمنة لجميع معاني كتب الله، المشتملة على ذكر أصول أسماء الرب تعالى ومجامعها، وهي: الله، والرب، والرحمن، وإثبات المعاد، وذكر التوحيد: توحيد الربوبية، وتوحيد الألوهية».

ويضيف قائلاً:

«وبالجملة؛ فما تضمنته الفاتحة من إخلاص العبودية، والثناء على الله، وتفويض الأمر كله إليه، والاستعانة به، والتوكل عليه، وسؤاله مجاميع النعم كلها، وهي الهداية التي تجلب النعم، وتدفع النقم، من أعظم الأدوية الشافية

الكافيــة، وقــد قيــل: إن موضــع الرقيــة منهــا ﴿إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ﴾ [الفاتحة:٥]، ولا ريب إن هاتين العبارتين من أقوى أجزاء هذا الدواء، فإن فيهما عموم التفويض والتوكل، والالتجاء والاستعانة، والافتقار والطلب، والجمع بين أعلى الغايات؛ وهي عبادة الرب وحده، وأشرف الوسائل، وهي الاستعانة به على عبادته، ما ليس في غيرها، ولقد مرَّ بي وقت بمكة سقمتُ فيه، وفلقدتُ الطبيبَ والدواءَ، فكنتُ أتعالج بها، آخذ شَرْبَةً من ماءِ زمزم، وأقرؤها عليها مِراراً، ثم أشربه، فوجدتُ بذلك البرءَ التام، ثم صرتُ أعتمد ذلك عند كثير من الأوجاع، فأنتفع بها غايةَ الانتفاع»[1].

---

(١) زاد المعاد في هدي خير العباد، ج٤، (باب هديه ﷺ في رقية اللديغ بالفاتحة).

معلومات هامة عن النباتات والأعشاب الطبية

إن الحديث النبوي الذي رواه الإمام أحمد؛ أن رسول الله ﷺ قال:

«إن الله لم ينزل داء إلاّ أنزل له شفاء، علمه من علمه، وجهله من جهله» يحفز المسلم للبحث عن الدواء فيما خلق الله سبحانه من النباتات والأعشاب والأغذية على اختلاف أنواعها، فالصحة والعافية نعمة عظيمة من الله، تتيح للمسلم القيام بالأعمال والعبادات بيسر وسهولة، وتمكنه من الوصول إلى الدرجات التي يعجز عنها الضعاف، وقد أمرنا رسول الله ﷺ بذلك، وقال:

«سلوا الله العفو والعافية والمعافاة، فما أوتي أحد بعد يقين خيراً من معافاة»[(١)] .

والملاحظ أن الكثير من النباتات الطبية تحتوي على بعض السموم، بالإضافة إلى احتوائها على مركبات طبية مفيدة، وهذه السموم قد تكون في بعض أجزاء النبتة دون الأخرى؛ مثل الزهرة في نبات البامية، أو في البذور في نبتة الخروبة، أو في جميع أجزاء النبتة؛ مثل نبات الداتورة.

و بشكل عام فإن النباتات تقسم من حيث الأمان والسمية الى ثلاثة أقسام:

١. نباتات آمنة تماما: وهي غالبا ما يستعمل في البيوت بشكل عادي مثل اليانسون والبابونج والحلبة والمليسة والكراويا والكمون.. الخ

٢. نباتات تستعمل بأمان لفترات محدودة: مثل السنامكي والروانـد ونبات رجل الأسد... الخ

٣. نباتات سامة: وهي نباتات مفيدة ولم تخلق عبثا ولكن ينبغي استخدامها تحت إشراف طبي وضمن مقاييس نوعية دقيقة في مصانع الدواء المتخصصة.

وفي كثير من الأحيان فإن تركيز المواد الطبية والسمية يتفاوت في النبتة ذاتها، اعتماداً على:

---

(١) أخرجه النسائي في عمل اليوم والليلة.

١- نوعية التربة المزروعة فيها.
٢- المناخ السائد في فصول السنة.
٣- سماد الأرض ونوعيته.
٤- دورة نمو النبات، (حيث توجد نباتات تكون سامة في أحد أدوار نموها، وتزول هذه السمية عند النضوج، والعكس صحيح).

وتوجد عدة طرائق لاستخراج المواد الطبية من النباتات والأعشاب؛ بهدف تركيز المواد الفعالة، واستخدامها على الوجه الصحيح، وهذه الطرائق:

١-المحاليل، وهي ثلاثة أنواع:

أ- المنقوع: توضع المادة الجافة من النباتات في ماء بارد لمدة ست ساعات (وذلك في حالة العقاقير الرخوة).

ب- المستحلب: توضع المادة في إناء فخاري، ويضاف إليه ما مُغْلِيٌّ لمدة خمس عشرة دقيقة (وذلك في الموارد الطرية أو الجافة)، وبخاصة النباتات العطرية سواء كان الجزء المستخدم أوراقاً، أم أزهاراً مثل: البابونج والنعناع والزعتر وغيرها.

ج-المغلي: يغلى النبات في ماء ساخن، ثم يبرد ويصفى. (يستخدم في الأحزاء الصلبة مثل القلف والجذور).

٢-العصير:

تقطع النبتة المطلوبة، ويضاف إليها السكر، وتطبخ وتعصر لاستعمالها في الأمراض الصدرية، ويمكن أن تطبخ النبتة مع بعض الزيوت والشمع، لتصبح مرهماً لاستعمالات أمراض الجلد.

٣-المسحوق:

بعد تجفيف النبات في الظل، يدق ويسحق في أوعية فخارية، أو حجرية، ثم يعزل عن طريق المناخل، ويمكن أن تعبأ في كبسولات بقياسات مختلفة.

٤-الصبغات:

وذلك باستخلاص المواد عن طريق الكحول بنسبة ٢٥%، أو الخل (بنسبة ٤٠-٥٠% تركيز) حيث تحفظ بعد ذلك لمدة ٦ أشهر – الكحول يحفظ لمدة تزيد عن السنتين- على درجة حرارة (١٥- ٢٠م).

٥-الكمّادات أو اللبخات الطبية:

تستعمل هذه الطريقة للقروح والدمامل والالتهابات الجلدية:

الكمّادة: قطعة قماش مغطسة في محلول النبات الساخن.

اللبخة: من بذور النباتات المحتوية على مواد هلامية، أو غروية مثل؛ بذور الختمة، أو بذور الكتان، وهي إما باردة، أو ساخنة.

٦-التبخير:

وتتم باستعمال البخار المتصاعد من الأزهار، أو الأوراق المحتوية على الزيوت العطرية بعد وضعها في الماء المغلي، أو بحرق النباتات، واستنشاق الدخان المتصاعد، وتستخدم هذه الطريقة لمعالجة آلام الأذن والجهاز التنفسي.

التداخل بين الطب الشعبي والطب الحديث

إن الفصل التام بين الطب النبوي، والشعبي، والطب الحديث غير منطقي؛ حيث إنها كلها من الأدوية التي خلقها الله سبحانه، ويسرها للناس، فما تيسر للمسلم منها فعليه استعمالها، ابتداء من الرقى الإلهية والأدعية المأثورة، إلى الطب الشعبي البسيط إن توفر، إلى الأدوية الحديثة التي قد تكون في بعض الأحيان أيسر وضرورتها أكبر (في بعض الأمراض الخبيثة، مثل السرطان وغيره) وكذلك المضادات الحيوية وغيرها.

فيفترض بالمسلم ألاّ يتعصب لطريقة معينة دون أخرى، فالله أنزل المرض، وهو الذي أنزل الدواء كذلك. وكثيراً ما تقوم شركات الأدوية باستخلاص المواد الفعالة من نباتات طبية، وتجعلها في شكل أقراص، أو إبر، أو شراب؛ ليسهل استعمالها، والحصول على المادة بصورة نقية. إلا أن الكثير من علماء العقاقير النباتية ينتقدون هذه الطريقة، ويعزون إليها ظهور المضاعفات الدوائية، لأن إهمال باقي عناصر النبات التي استخرجت منه هذه المادة الفعالة، يحجب أثرها المضاد لآثار المادة الفعالة الجانبية الضارة، فمثلاً حين يتم استخلاص مادة مضادة للمغص من إحدى النباتات مثل الميرمية، فإن استخدامها منفردة يزيل المغص، وبذات الوقت قد يحدث إمساكاً شديداً وجفافاً في الفم والعيون. بينما لو استخدمت الميرمية وحدها كاملة فإن المغص يزول دون حدوث هذه المضاعفات الجانبية فتأمل!! ولا أتحدث هنا عن الناحية الاقتصادية – على الرغم من أهميتها الكبيرة التي تؤخذ بالحسبان في كثير من الأحيان – ولكن المقصود إن الفصل بين الأدوية والعلاجات قديمها وحديثها غير ممكن إلاّ في حدود معينة.

وفيما يلي جدول لبعض النباتات التي تستخدم في الطب الشعبي، وما يقابلها من الأوية الحديثة، تستخدم لذات الأمراض، ويتم استخلاصها من هذه النباتات؛ لتكون لدى القارئ الكريم فكرة عن ذلك:

اسم النبات	الاستعمالات الشعبية	المادة المستخلصة	الاستعمالات الحديثة
الحلبة	إدرار لبن المرضع -تنظيم الطمث -للسعال الديكي والربو -آلام البواسير والإمساك	-الميوسيلاج -الديوسيجينين	-في تركيب الحبوب والكبسولات ضد امتصاص الرطوبة. -المواد الخام لتحضير الهرمونات الجنسية ومادة الكورتيزون التي تستخدم في الأمراض الصدرية والحساسية وغيرها
حبة البركة (الحبة السوداء)	- الربو -اضطرابات الأمعاء -الأمراض الجلدية - ضد السرطان	- الليسين Nigellon ثيموهيدروكنيون	- الربو - السعال الديكي - مطهر للأمعاء من الجراثيم - ضد السرطان
الثوم	-نزلات البرد -ديدان الأمعاء -خفض ضغط الدم -للطفيليات الجلدية والمعوية	-الليسين Allicin مضادات حيوية مختلفة	-خفض ضغط الدم -نزلات البرد والتهابات الجهاز النفسي -للطفيليات الجلدية.
السكران المصري (البنج)	للربو والمغص وتخدير الآلام	Scopalamine	مهديء للهيجان ويخفف من الشلل الرعاشي
ست الحسن	لضيق النفس وبعض الحالات العصبية والتشنجية في مرض الصرع	Atropin Belladonine Scoplamine Others	-للمغص وتقليل إفرازات الغدد ضد السموم والمبيدات الحشرية -في طب العيون -استعمالاته الشعبية أوقفت لأن غيره من الأدوية أقوى منه
أصابع العذراء	تورم الساقين وورمة البطن (نتيجة مباشرة لمرض هبوط القلب)	Digitalis	هبوط القلب وتصلب الشرايين

الفصل الثاني

الأمراض والأعراض

الأمراض والأعراض

Diseases and Symptomes

الألم:

الألـم عَرَض ولـيس مرضـاً، وأسـبابه كثيـرة جداً، ولا أكـون متجـاوزاً إذا قلت: إن معظم الأمـراض تولّـد آلامـاً مختلفـة، والقليلِ منـهـا يـزداد دون حـدوث ألم؛ إلا في مراحله المتـأخرة (كأمراض السرطان مثلاً).

والألم أشكاله كثيرة، منـها:

الألم النابض، والواخز، والحارق، والطعني، والثاقب، والأصم، والحاد.

فآلام المعدة تكون حارقة أحياناً، وصماء في أخرى.

والصـداع نـابض، وألـم العين ثاقب، وآلام الأمعـاء طعنيـة، وآلام الظهـر حادة أو صماء، وهكذا.. وقد تعطي المرض الواحد أكثر من نـوع واحد مـن الآلام.

والآلام لها حَيِّز واسع في حياة كل إنسان ولـذا فـإن أكثر مبيعات الأدويـة في العالم هي الأدوية المسكنة بلا منازع، ومن رحمة الله علـى عبـاده أن جعل الألم كفارة للذنوب، كما جاء في قوله ﷺ:

«مـا يُصيب المسلمَ مـن نصَـب، ولا وَصَـب، وَلا هَـمَّ، ولا حـزن، ولا أذىً، ولا غَمٍّ، حتـى الشـوكة يُشَـاكها، إلا كفَّـرَ الله بهـا مـن خطايـاه» متفق عليه.

وغني عن البيان أن علاج الألم يكون بعلاج سببه إن أمكن.

ولأهمية الألم، وأثره السلبي في حياة الأفراد والشعوب فقد قامت مراكز طبية عالمية باستحداث مراكز خاصـة لعلاج مسببات الألـم، وجمعت فـي هـذه المراكـز جميـع الاختصاصـات اللازمـة لمعالجـة المـريض ومنـهـا الـوخز بـالإبر والعلاج بالأعشاب والضوء، وجميع فروع الطب الحديث والبديل والهدف هو: إراحة المريض وإعادتـه عضـواً فـاعلاً بنّـاءً فـي المجتمـع، ومـن هـذه المراكـز مركز هوبكنز للعلاجات المتعددة في الولايـات المتحدة الأمريكيـة (Hopkin's Multidisciplinary Center).

نصائح عامة:

توجد أمور عديدة يتساهل فيها الإنسان، سواء مع نفسه، أو مع أطفاله، وقد تكون سبباً في حصول المشاكل والآلام التي هو في غنى عنها، ولكي يبتعد المسلم عن ذلك، فعليه اتباع الإرشادات التالية:

١- تجنب المشي واللعب حافياً، وبخاصة الأطفال(١).

٢- تجنب الشره والبطنة في الأكل، وإدخال الطعام على الطعام(٢).

٣- تجنب التعرض للبرد والتغير في درجات الحرارة بصرورة مفاجئة.

٤- الابتعاد عن الزحام، والأجواء غير الصحية التي تسبب الصداع.

٥- تجنب النظر إلى محارم الله، سواء عبر التلفاز، أو في الشارع، أو غيره، قال ﷺ: «ما اختلجَ عرقٌ ولا عينٌ إلا بذنب، وما يدفع الله عنه أكثر»(٣).

٦- سرعة معالجة أي مرض في بدايته؛ قبل أن يستفحل، ويصعب علاجه، قال ﷺ: «الدواء من القدر، وهو ينفعُ مَنْ يشاءُ بما شاءَ»(٤).

٧-الإكثار من الدعاء دائماً، يقول ﷺ: «الدعاء ينفعُ مما نزلَ، فعليكم عبادَ الله بالدعاء» (٥) .

---

(١) لأن جروح القدمين قد تؤدي إلى حدوث إعاقة تستمر أياماً أو قد تكون سبباً في الإصابة بمرض الكزاز الخطير، ويستثنى من ذلك الأراضي المبلّطة والنظيفة.

(٢) انظر كتابنا «البطنة تذهب الفطنة»، وكذلك « دليلك إلى الرشاقة بلا جوع » - .

(٣) صحيح الجامع الصغير وزيادته رقم (٥٥٢١)، وعزاء السيوطي إلى الطبراني في المعجم الأوسط، والضياء المقدسي في المختارة.

(٤) ذات المصدر رقم (٣٤١٦)، وعزاء السيوطي إلى ابن السني.

(٥) ذات المصدر رقم (٣٤٠٩)، وعزاه السيوطي إلى الحاكم في المستدرك.

الهدي النبوي في علاج الألم

أ-العلاج بالقرآن الكريم، والدعاء بالمأثور:

١- قراءة سورة الفاتحة، كما تقدم.

٢- قراءة سورة الإخلاص والمعوذتين.

فعن عائشة رضي الله عنها، قالت:

«كان رسول الله ﷺ إذا مرضَ أحدٌ من اهله نفثَ عليه بالمعوَّذات، فلما مرضَ مرضَه الذي مات فيه، جعلتُ أنفثُ عليه، وأمسحُه بيد نفسه؛ لأنها كانت أعظم بركة من يدي» (رواه مسلم).

٣- روى مسلم في صحيحه عن عثمان بن أبي العاص؛ أنه شكا إلى رسول الله ﷺ وجعاً يجدُه في جسده منذ أسلم، فقال النبيُّ ﷺ: «ضعْ يدَكَ على الذي تألُم من جسِدَك؛: وقل: بسمِ الله، ثلاثاً، وقل سبعَ مرات: أعوذُ بعزَّة الله وقدرتِهِ من شَرَّ ما أجدُ وأُحاذرُ».

٤- وفي الصحيحين أن النبي ﷺ كان يعوِّذ بعض أهله، يمسح بيده اليمنى ويقول: "اللهم رب الناس، أذهب الباس، واشف أنت الشافي، لا شفاء إلاّ شفاؤك شفاء لا يغادر سقماً».

٥- رقية جبريل عليه السلام: "باسم الله يبريك، ومن كل داء يشفيك، ومن شر حاسد إذا حسد، ومن شر كل ذي عين" رواه مسلم.

ب-العلاج بالأدوية الطبية:

١- استعمال زيت الزيتون: قال ﷺ: «كلوا بزيت الزيتون وادهنوا به؛ فإنه من شجرة مباركة» (١).

ويمكن أن يكون بارداً وحده، أو دافئاً مع قليل من الملح، وهو نافع بإذن الله في تخفيف الآلام والرضوض، والتواء المفاصل، وتمزق العضلات؛ حيث يدلك به العضو المصاب مع تلاوة ما ورد من النصوص القرآنية، والمأثور من الدعاء، ثم يلف الجزء المريض بشاش أو رباط ضاغط.

ولقد جربت ذلك بنفسي حين أصبت بالتواء الكاحل؛ فوجدت فيه فائدة.

٢- الحبة السوداء:

قال عليه الصلاة والسلام: "عليكم بهذه الحبة السوداء؛ فإن فيها شفاء لكل داء، إلا السام" (٢).

طريقة الاستعمال:

تغلى حفنة من الحبة السوداء غلياً جيداً في إناء ماء، ثم يعمل حماما للعضو المصاب لمدة ربع ساعة (يغمر فيه)، مع تحريك العضو ذاتياً، وبعد ذلك يدهن بدهن الحبة السوداء، ويترك برباط أو بدون رباط قبل النوم مع إراحة العضو تماماً.

٣- القسط البحري: عن ميمون أبي عبد الله، قال: سمعت زيد بن أرقم قال:" أمرنا رسول الله ﷺ أن نتداوى من ذات الجنب؛ بالقسط البحري والزيت"(٣).

وذات الجنب هو ألم في عضلات الصدر، نتيجة برد أو روماتيزم، أو نتيجة لشد عضلي من جهد مبذول، أو ضربة مباشرة (رضوض).

واستعمال القسط البحري يكون بدقَّه ناعماً، وخلطه بالزيت الساخن (دون غلي أو قلي)، ويدلك به مكان الألم.

جـ- العلاجات الشعبية للألم:

---

(١) رواه أحمد والحاكم، وقال: صحيح الإسناد.

(٢) رواه البخاري.

(٣) رواه الترمذي، وقال: حديث حسن صحيح.

١- كمادات ورق الملفوف: حيث توضع على مكان الألم ثلاث أو أربع كمادات من ورق الملفوف، وتترك من ٤-٥ ساعات، أو طوال الليل، ويمتد العمل بذلك حتى يهدأ الألم.

تجربة:

تمت تجربة هذه الوصفة على امرأة في الأربعين من عمرها، تشكو من ألم شديد في عظام الرقبة، حيث تم غلي الأوراق قليلاً لتليينها، ثم وضعت على مكان الألم، فأدت إلى تسكين الألم مؤقتاً، ولكن بزوال الأوراق، عاد الألم كما كان، لذا يبدو أن هذه الطريقة تصلح للآلام والرضوض الخفيفة فقط، وينبغي علاج المشاكل المتعلقة بالعظام والمفاصل عن طريق الاستخدام الداخلي للأعشاب المركبة والتي تعطي مفعولا قويا متأزرا Synergistic action.

٢- الحبة السوداء:

يحمص خمسون غراماً من الحبة السوداء، وتسحق، ويمزج بها ١٥٠ غراماً من العسل، ويؤخذ منها مرتين في اليوم بعد الأكل لمدة ثمانية أيام، وهي تصلح لآلام المفاصل بشكل عام(١).

٣- بذر الكتان:

يغلى بذر الكتان الناعم، ويخلط بالملح الإنجليزي، وعندما يبرد يوضع على شاشة، ويلف بها موضع الألم.

٤-لآلام عضلات الكتف والرقبة:

تدليك الرقبة بكريمات تحتوي على خلاصة الزنجبيل أو سم النحل، وكذلك يمكن الاستفادة من لسع النحل المباشر.

٥- للإلتواء والرضوض: تدهن الأماكن المصابة بدهن حيوان الضَّبُّ(٢)، فإنه عجيب في أثره، وكذلك يمكن الاستفادة من دهن النعام.

٦- لبخات عجينة الشوفان او الشعير مفيدة أيضا على اماكن الرضوض.

---

(١) كان والدي يشكو من آلام في ركبتيه من حينٍ لآخر، ولما قدم باستعمال هذه الطريقة زال عنه الألم تماماً.

(٢) الضب حيوان صحراوي من فصيلة الزواحف، وهو يشبه السحلية ولكن حجمه كبير، ويقوم البدو بصيده وشيّه أو طبخه وتناول لحمه، حيث يعطيهم حيوية وطاقة كبيرة، كما يقومون بإذابة دهنه على نار هادئة، لتحويله إلى زيت يدلكون به مواقع الألم في أبدانهم.

د-العلاجات الحديثة للألم:

إن مسكنات الألم في الصيدليات الحديثة تحتل رفوفاً عديدة فيها، وتوجد منها أنواع لا تعد ولا تحصى، وأسعارها ما بين رخيص جداً؛ كالأسبرين، والبنادول، إلى غالٍ جداً. ويدخل في تركيب بعضها شيء من المخدرات؛ مثل: المورفين؛ لتسكين الآلام الشديدة، كالتي نجدها في آلام الحروق الكبيرة، وألم جلطة القلب.

ويستطيع المريض أن يشتري دون استشارة طبية حبوب الأسبرين، والبنادول، وأنواعاً أخرى في بعض الأحيان وتسمى OTC اي ادوية ما فوق الرف.

ولكن ننبه هنا إلى بعض الأمور المهمة:

١- لا يجوز استعمال الأسبرين عند المصابين بقرحة المعدة أو الاثنا عشر، والاكتفاء بالبنادول عند الضرورة، ويؤخذ بعد الطعام.

٢- قد يستريح المريض على الحبوب المسكنة، ويحاول الاستزادة منها في حالة عودة الألم، وقد يستمر على ذلك فترة طويلة، مما يتيح الفرصة للمرض المسبب للألم أن يستفحل رويداً رويداً، لذا يجب على هذا المريض مراجعة الطبيب إن تعرض لذلك.

٣- بعض الآلام يكون منشؤها نفسي، وهؤلاء المرضى لا تصلح معهم مسكنات الألم؛ وعليهم مراجعة متخصص بالأمراض النفسية.

٤- بعض الآلام يكون سببها عين أو حسد أو مَسّ، لذا ينبغي على المريض الاستعانة بالرقية الشرعية لعلاجها.

ألم الأسنان

إن آلام الأسنان لا تأتي إلا بعد أن يبلغ التسوس فيها مرحلة متقدمة نوعاً ما، وحيث أنه لا بديل عن إزالة التسوس وحشو الضرس عند طبيب الأسنان، وللمحافظة على أسنانك عليك:

١- إبقاء الأسنان نظيفة باستعمال الفرشاة أو السواك، بعد تناول الطعام.

٢- تجنب تناول الحلويات والنشويات الناعمة، وعدم ترك فضلاتها بين الأسنان.

٣- تجنب تعاقب المأكولات والمشروبات الحارة والباردة مباشرة، مما يؤدي إلى تشقق الأسنان وخرابها.

٤- النظر في المرآة لفحص الأسنان من حين لآخر، واكتشاف أي تسوس في بدايته، ومعالجته بأسرع وقت.

٥- مراقبة الأطفال والعناية بأسنانهم دورياً؛ حيث نجد أن معظم شكاوى الأسنان هذه الأيام من الأطفال.

بعض الوصفات الشعبية لتخفيف ألم الأسنان:

١- يغلى الزعتر بالماء، ويتمضمض به، فيخفف نحو ٥٠% من الألم بإذن الله.

٢- يوضع شيء من صمغ الزيتون على الضرس المصاب.

٣- وضع قرنفل مطحون، أو زيته على موضع الألم.

٤- مضغ النعناع.

٥- المضمضة بالخل الساخن (والأفضل هو خل التفاح).

٦- المضمضة بمغلي الميرمية، وكذلك مغلي ورق الجوافة.

٧- المضمضة بمغلي صمغ المرّ ، فهو مفيد لآلام الأسنان والتهابات اللثة.

العلاجات الحديثة في طب الأسنان:

إن التقدم الطبي في مجال الأسنان قد بلغ شأناً بعيداً، وما على المريض إلا أن يراجع طبيب الأسنان الحاذق؛ حتى يشخص مرضه، ويعرف علته، ويقوم بعمل اللازم من حشو، أو نزع عصب، أو تنظيف طبقة القلح الصفراء، أو تركيب جسر أو غيره.

الإسهال Diarrhea

(صورة ١)

تعريفه:

هو تغير في طبيعة البراز إلى السيولة؛ وبتكرار يزيد عما اعتاده الإنسان المصاب، والإسهال عرض وليس مرضاً؛ لذا فعلاجه يكون بعلاج سببه.

أنواع الإسهال:

١- الإسهال الأسموزي (التناضحي): وهو فشل الأمعاء في امتصاص بعض المواد التي بها ذائبية في الماء، مما يؤدي إلى سحب المياه من جدار الأمعاء، وحصول إسهال مائي مع انتفاخ، ويلاحظ لدى بعض الناس عند شرب الحليب، حيث ينقصهم انزيم اللاكتيز Lactase enzyme **المسؤول عن امتصاص سكر الحليب، فعلى هؤلاء تجنب شرب الحليب، والاستعاضة عنه بشرب اللبن الرائب والزبادي.**

٢- الإسهال الناتج عن فشل الأمعاء في امتصاص المواد التي لها ذائبية دهنية؛ نتيجة نقص في بعض أنزيمات البنكرياس والأمعاء الخاصة بامتصاص هذه المواد؛ مما يؤدي إلى إسهالات (دهنية)، وتكون كمية البراز كبيرة.

وعلاج ذلك يكون بعلاج السبب إن أمكن.

وحيث إن هذين السببين يشكلان نسبة بسيطة من أمراض الإسهال، فقد تم تقديمهما وشرح طريقة الوقاية منهما، أما السبب الثالث فهو ما سيدور عليه الحديث؛ من وقاية وعلاج، وهو الذي يسبب معظم حالات الإسهال.

أسبابها:

أ- فيروسات؛ وتكون عند الأطفال أكثر من غيرهم.

ب- بكتيريا؛ وتتميز بآلام في البطن مع إسهال فيه دم (الدوسنتاريا البكتيرية).

ج- طفيليات؛ وتأخذ عدة أنواع من الأعراض (وسيأتي ذكرها في باب الديدان والطفيليات).

د-إسهال التلبكات المعوية، والاضطرابات الهضمية.

الهدي النبوي في العلاج:

العسل: ورد في الصحيحين من حديث أبي سعيد الخدري رضي الله عنه، أن رجلاً أتى إلى النبي ﷺ، فقال: إن أخي يشتكي من بطنه: وفي رواية: استطلق بطنه، فقال: "اسقه عسلاً، فذهب ثم رجع، فقال: قد سقيته؛ فلم يغن عنه شيئاً، وفي لفظ: لم يزده إلا استطلاقاً، مرتين أو ثلاثاً، كل ذلك يقول له: اسقه عسلاً، فقال له في الثالثة أو الرابعة: صدق الله وكذب بطن أخيك".

والملاحظة أن للعسل تأثيرات واسعة ضد أمراض الأمعاء، ليس من ناحية تنظيم حركة الأمعاء، فإن أخذ بكمية قليلة، وبتكرار معيّن أدّى إلى وقف الإسهال، أما إذا أخذ بكميات كبيرة فإنه يعالج الإمساك.

في عام ١٩٨٢م نشر (د.سالم نجم)، وآخرون في مؤتمر الطب الإسلامي الذي عقد في الكويت، أنه قد تم معالجة ٥٣ شخصاً مصابين بالإسهال المزمن غير المعروف السبب؛ من بضعة أشهر إلى بضع سنين، حيث تم إعطاؤهم ٣ ملاعق كبيرة من العسل الطازج في الصباح قبل الإفطار، وفي المساء قبل النوم، لمدة ٣ أسابيع، مع تتبع حالات المرضى لمدة ٤ شهور، فكانت نسبة النجاح ٨٣%[١].

وقد أثبتت التجارب التي أجريت في روسيا أن العسل يقضي على جراثيم العصويات التيفية typhoid bacilli **خلال ٤٨ ساعة، والجراثيم الزحارية خلال ١٠ ساعات، وهذه الجراثيم من أسباب الإسهالات الجرثومية عند الإنسان.**

وأكثر أنواع العسل فائدة للاضطرابات الهضمية هو عسل النعناع والمردقوش واكليل الجبل وعسل البرسيم (يكون معظم غذاء النحل على أزهار هذه النباتات)[٢].

أما إن توافر العسل الجبلي (وهو أفضل أنواع العسل؛ لاحتوائه على المواد الطبية النادرة)، فإن أثره يكون أسرع وأنفع.

العلاجات الشعبية لوقف الإسهال عند الكبار:

يمكن القول بشكل عام: إن الأغذية التي تحتوي على مواد حمضية، ومواد نشوية تساعد على وقف الإسهال، ومن ذلك:

١- اللبن المطبوخ وحده، أو مع الأرز المسلوق يوقف الإسهال.

---

(١) نحل العسل في القرآن الكريم والطب د.محمد علي البنبي.

(٢) أما الأمراض الصدرية، فإن عسل ازهار الفواكه ينفعها أكثر بإذن الله.

٢- مغلي أوراق العنب يشرب على جرعات حتى يتوقف الإسهال.

٣- أكل السفرجل.

٤- مغلي قشور الرمان، أو عصارة الرمان الحامض، تعطى ملعقة صغيرة واحدة عند اللزوم[١].

٥- مسحوق خشب البلوط، حيث تغلى حفنة من البلوط المرضوض في لترين من الماء؛ لمدة عشر دقائق، ثم يؤخذ منه حسب الضرورة.

٦- مغلي النعناع المُحلّى بالعسل، مع بعض قطرات من زيت الحبة السوداء، يزيل الإسهال والنفخ وآلام البطن[٢].

٧- مغلي الشاي الاسود الثقيل مع الميرمية.

إسهالات الأطفال:

تحدث الإسهالات عند الأطفال في فترة الرضاعة أكثر من غيرها من الفترات، وبخاصة عند الرضع؛ وذلك بسبب الحليب الصناعي، وقد وجد أن ٧٠% من إسهالات الأطفال يكون سببها واحداً من اثنين: إما فيروس يدعى (روتا)، وإما دون سبب ظاهر. أما الثلاثون بالمئة الأخرى فأسبابها عديدة؛ كما ورد في فصل الإسهال السابق.

والحديث هنا عن نسبة السبعين بالمئة هذه، حيث تكون طبيعة البراز مائية، ليس فيها دم ولا مخاط، وفي معظم الحالات يعاني الأطفال من جفاف بسيط، ويمكن تدبر أمر هذا الإسهال في المنزل ببعض الإجراءات البسيطة التي سيأتي ذكرها. أما إذا اشتدت حالة الجفاف عند الطفل مصحوبة بقيء وتوتر نفسي شديد، فلابد من مراجعة الطبيب بأسرع وقت.

---

(١) في الحقيقة أن هذه الوصفة قد انتفع بها خلقٌ كثير والحمد لله، وبخاصة الأطفال حيث كانت إحدى الأمهات تشكي من إسهال طفلها الذي استمر أكثر من أسبوعين على الرغم من مراجعتها لمستشفى الأطفال، وأطباء آخرين وتحمل معها كيسا مليئاً بالأدوية، فكنت أصف لها الطريقة المذكورة، لكي تعطي طفلها ملعقتين صغيرتين منه صباحاً ومساءً فتوقف الإسهال فوراً ويعود ذلك إلى المواد القابضة والمطّهرة في الرمان وقشره.

(٢) هذه الوصفة تصلح للقولون العصبي أيضاً، بحيث تكرر ثلاث مرات يومياً.

نصائح عامة لمنع حدوث الإسهال عند الأطفال[١] :

١- المحافظة على رضاعة الثدي قدر المستطاع، وملاحظة نظافة الحلمة قبل الرضاعة وبعدها.

٢- في حالة الرضاعة الصناعية، يجب استعمال أكثر من قارورة؛ لغلي المستعمل منها، وإبقاء النظيف جاهزاً للاستعمال، والغلي يشمل القارورة وملحقاتها.

٣- استعمال المياه النظيفة الخالية من الجراثيم والأملاح الزائدة.

٤- عدم إطعام الطفل مأكولات بطيئة الهضم بعد سن ٤ شهور من عمره، والبدء بمأكولات خفيفة؛ مثل: البسكويت، ومسحوق القمح والرز، ثم نبدأ بزيادة المأكولات بالتدريج، مع ملاحظة استجابة أمعاء الطفل لهذه المأكولات، فإن حصل له إسهال؛ فيجب حجب الطعام المشكوك فيه، ثم يعاد استعماله مرة أخرى بعد شهر، وهكذا.

٥- الانتباه للتغيرات الجوية، وعدم تعريض الطفل للبرد، سواء كان الجزء المعرض هو بطنه، أو رجليه؛ فإن ذلك قد يؤدي إلى حدوث الإسهال عند كثير من الأطفال.

علاج الإسهال عند الأطفال:

١- المحافظة على رضاعة الثدي، وأما الإرضاع من الحليب الصناعي، فيجب أن يتوقف ويستعاض عنه باللبن الرائب المخفف، وفي حالة رفض الطفل اللبن الرائب، فيمكن إعطاء الحليب الصناعي مخففاً بالماء بنسبة ٥٠% عن المعتاد حتى يتم شفاءه[٢].

٢- تعويض الأملاح والسوائل المفقودة من الجسم: وذلك باستعمال أملاح الإرواء بالفم؛ حيث تم اكتشاف أن استعمال الملح مع سكر الجلوكوز بنسبة معينة (١: ٨) في لتر ماء، وإعطاءَه للطفل المريض، فإن امتصاصه يتم بصورة سريعة تعادل إعطاء السوائل بالوريد، وهي طريقة سريعة وبسيطة وآمنة، وتوجد حالياً أكياس جاهزة بهذه الأملاح، وفي حالة تعذر الحصول عليه يمكن مزج ملعقة صغيرة من

---

(١) يراجع أيضاً كتابنا (الرضاعة الطبيعية – شراب وغذاء ودواء)

(٢) توجد في الأسواق بعض أنواع الحليب المخصصة لحالات الإسهال فلا بأس باستعمالها، مثل حليب (al 110)، وحليب (ميلوبا – تركيبة خاصة).

الملح، مع ثماني ملاعق من سكر الطعام، وإذابتها في لتر واحد من الماء، ثم إعطاؤها للطفل بالملعقة تدريجياً حسب حالته ووزنه. (ملعقة صغيرة واحدة كل دقيقة).

٣- مغلي أوراق، أو ثمار توت العلّيق (التوت البرّي):

يؤخذ مقدار (١٥) غراماً من الأوراق أو الثمار، وتغلى في كوب ماء كبير (٢٥٠ مللتراً) لبضع دقائق، ثم يترك حتى يبرد فيصفّى المحلول ويعطى للطفل ملعقة صغيرة مرتين يومياً فيوقف الإسهال فوراً.

وصفات شعبية أخرى تساعد على وقف الإسهال:

١- غلي الأرز حتى يذوب، أويطحن، ويضاف إليه الماء المغلي لمدة عشر دقائق، ويملح ويعطى للطفل.

٢- يبشر التفاح، أو الجزر، ويعطى للطفل بالملعقة حتى يشبَع منه.

٣- مساج الطفل: وضع الطفل ووجهه للأعلى؛ ثم يتم تدليك بطن الطفل بطريقة دائرية حول السرة، باتجاه ضد عقارب الساعة، لمدة ثلاث دقائق، مرتين يومياً أو ثلاث، ويمكن استخدام البودرة لتقليل الاحتكاك.

الإمساك Constipation

(صورة ٢)

تعريفه:

جفاف وصعوبة في خروج البراز، وتأخره عما اعتاده الإنسان.

أسبابه:

١- عدم الذهاب إلى الغائط في ساعة معينة من اليوم. (أي عدم تعويد الأمعاء على التفريغ في ساعة معينة). وهذه من أشهر أسباب الإمساك.

٢- تناول الأطعمة قليلة الألياف (الأطعمة كثيرة الألياف هي الخضار والفاكهة).

٣- قلة الحركة، والحياة الرتيبة، وعدم ممارسة الرياضة[١] .

٤- بعض الأمراض؛ مثل داء السكري، والسمنة، والحمل، وتناول بعض الأدوية، وأمراض أخرى متفرقة.

نصائح عامة لعلاج الإمساك عند من لا توجد لديه أسباب عضوية أو مرضية:

١- تناول الأطعمة ذات الألياف، مثل الخضار عامة، والفاكهة؛ مثل التفاح والجزر والعنب والخوخ.

٢- تعويد الأمعاء على التفريغ في ساعة معينة كل يوم، ويفضل أن تكون بعد تناول الطعام، أو حين الاستيقاظ من النوم.

٣- ممارسة الرياضة قدر المستطاع.

٤- علاج الأمراض المسببة إن وجدت.

٥- الانتباه للمأكولات التي تزيد الإمساك، وهي: اللبن الرائب – الرز – الحوامض – القهوة – والشاي الثقيل.

---

(١) يراجع أيضاً كتابنا (المؤمن القوي).

الهدي النبوي في علاج الإمساك:

١- حديث أسماء بنت عميس رضي الله عنها، قالت: قال رسول الله (ص):" بماذا كنت تستمشين؟ (أي تعالجين الإمساك)، قالت: بالشبرم ، قال: حار جار، قالت: ثم استمثيت بالسَّنا، فقال: لو كان شيء يشفي من الموت لكان السنا[١]" .

٢- عن إبراهيم بن عبلة قال: سمعت عبد الله بن أم حرام، وكان قد صلى مع رسول الله ﷺ بالقبلتين، يقول: سمعت رسول الله ﷺ يقول:

«عليكم بالسنا والسَّنُّوت، فإن فيها شفاء من كل داء إلا السام».

قيل: يا رسول الله؟ وما السام؟ قال: الموت[٢] .

والسنا Cassia acutifolia: نبات يوجد في عدة مناطق في العالم، أجودها السنامكي، الموجودة في بادية الحجاز، ويمكن أخذه بطريقتين: إما بغليه، وشرب ملعقة من مغليه عند اللزوم، وإما بدقه ونقعه بالماء لمدة عشر ساعات، ثم شرب ملعقة منه عند اللزوم، والغلي أفضل.

وتوجد الآن في الأسواق حبوب تم تصنيعها من السنا بعد أن تم استخلاص المادة الملينة منه، وهي senna glycosides وهذه الحبوب تسمى بأسماء تجارية مختلفة، منها: البيرسينيد pursennid و سينالاكس.

والسنوت: قيل في معناه أقوال عدة، وقد رجَّح معناه «بالشبت» كلٌّ من د.محمد علي البار ، ود.أمين رويحة، وللأول كتاب خاص عن السّنا والسنوت.

العلاج بطب الأعشاب:

١- فنجان صغير من زيت الزيتون، يؤخذ يومياً في الصباح على الريق، وقد تم تجربة هذه الطريقة على عدة أشخاص يعانون من إمساك مزمن فاستجابوا للعلاج بصورة طيبّة.

٢- مغلى اليانسون بالعسل: يؤخذ كوب كبير قبل النوم.

٣- الحليب بالعسل: كوب كبير صباحاً، ومثله مساءً.

---

(١) أخرجه الترمذي وابن ماجه وأحمد والحاكم، وفي سنده جهالة، لكن يتقوى بالحديث التالي.

(٢) أخرجه ابن ماجه والحاكم.

٤- تناول بعض أنواع الفاكهة بكثرة: البطيخ، والمشمش (طازج مجفف)، والعنب، والخوخ، والمانجا.

٥- أما الإمساك عند الأطفال فإن لم تكن له أسباب عضوية، فيمكن علاجه بالمربيّات الملينة فهي لذيذة الطعم، مقبولة للطفل وبذات الوقت تحدث التليين المطلوب، مثل: مربى المشمش، مربى الخوخ، مربى العنب، مربى التين، وأقواها جميعاً مربّى ثمار السدر، والتي تسمى في بلاد الشام «الدوم» حيث يتم غليها لعدة ساعات حتى تتهرى ثم يضاف إليها السكّر ويغلى حتى ينعقد وبعدها يحفظ ويتم تناول ملعقة أو أكثر يومياً حتى يحصل الأثر المطلوب.

٦- وفي حال الإمساك العنيد جدا والذي لا يستجيب لكل ما سبق فإننا نعطي تركيبات خاصة من الأعشاب المنشطة لوظائف الكبد والامعاء الغليظة معا لمدة لا تقل عن شهرين فتنتهي المعاناة غالبا بنجاح كبير.

العلاجات الحديثة للإمساك:

١- الأدوية التي تعمل على زيادة حجم الغائط بزيادة الألياف الموجودة فيه؛ مثل الأدوية المشتقة من النخالة و البسلليوم (بذور نبات لسان الحمل).

٢- ملينات الغائط؛ مثل زيت البرافين / ٣٠ ملليتر قبل النوم.

٣- مثيرات جدار الأمعاء الدقيقة؛ مثل زيت الخروع /١٥ ملليتر قبل النوم.

٤- مثيرات جدار الأمعاء الغليظة؛ مثل السنا/ حبوب بيساكوديل.

البهاق Vetiligo

(صورة ٣)

مرض البهاق مرض يصيب الخلايا الصبغية في الجلد، مما يؤدي إلى ظهور بقع بيضاء، خالية من لون الجلد، وهو مرض غير معروف السبب، ويصيب نحو ١% من البشر، وقد لوحظ حدوثه في بعض العائلات أكثر من غيرها، وبعد حوادث إصابات الرأس، وبعض الأمراض المزمنة؛ مثل: داء السكري، وفرط إفراز الغدة الدرقية، ومرض أديسون، وغيرها. وحيث إن هذا المرض غير معروف السبب؛ فإن علاجه يكون ذا نجاح نسبي في أغلب الأحيان.

والحقيقة إن مرض البهاق هو من أعند الأمراض على الشفاء، فكثير من التجارب تجري محلياً وعالمياً في الطب الحديث وطب الأعشاب وغيرها من وسائل الطب الحديث، إلا أن نسبة النجاح ما زالت دون أمل الناس، ومن خلال خبرتي وجدت أن بعض المرضى يستجيبون لبعض خلطات الأعشاب بصورة أفضل مما أتوقع، بينما تكون الاستجابة أبطأ عند آخرين، وبخاصة من يعيشون في المناطق الباردة مثل بلاد الشام.

العلاجات الشفائية:

١- تدق بصلة، وتوضع في شاشة، وتعصر ليؤخذ ماؤها، ويضاف إليه ذات الكمية من الخل، ويدهن الجزء المصاب ست مرات يومياً، لمدة طويلة، حتى يشفى المريض.

٢- حب الرشاد الناعم، وخل التفاح:

يضاف إلى كوب من خل التفاح حب رشاد ناعم بواسطة الملعقة بالتدريج حتى يجمد المزيج، ويدهن به الجزء المصاب ليلاً، ويترك حتى يجف، ثم يِغطى بالشاش حتى الصباح، لمدة عشر أيام.

تجربة:

تمت تجربة هذه الوصفة على أحد المرضى؛ فلم تتجاوز نسبة التحسن ٤٠% بعد استعمالها لمدة شهر.

٣- خل وحناء وحبة سوداء وطحين جلد الحرباء (يباع في محلات العطار)، يؤخذ من كل منها قدر ملعقة، ويضاف إليه الخلّ، بكمية كافية؛ لصنع مرهم على المكان المطلوب يومياً لمدة شهر، وتضمد من المساء إلى الصباح، وتعرض الأماكن للشمس في النهار (مع ملاحظة أن أماكن البهق عرضة لحروق الشمس أكثر من غيرها، فعلى المصاب الانتباه لذلك)(١) .

٤- استخدام نبات الخلة Ammi visnaga والتي تحتوي على مواد تزيد من حساسية الجلد للأشعة فوق البنفسجية مما يساعد في عودة الصبغة.

٥- استعمال الأعشاب المضادة للأكسدة Antioxidants مع بعض الأعشاب التي تحتوي على مواد شبيهة بالكورتيزون مثل الحلبة وعرق السوس، بالإضافة إلى محلول نبات الأطمندة موضعياً له أثر جيد في تراجع مساحة البهاق وفي أحيان كثيرة زواله تماماً بفضل الله حيث يزول عن مناطق الوجه أولاً، ثم يستمر التحسنّ إلى باقي مناطق الجسم ببطء.

العلاجات الحديثة:

١- الكريمات الملونة للجلد، تغطى بها البقع فلا تظهر للعين؛ مثل:
Vita- dye , Dy- o- derm , Cover- mark

٢- في المرضى ذوي الجلود البيضاء، يمكن تخفيف لون الجلد الطبيعي الملاصق لبقع البهاق؛ لتصبح أماكن الإصابة أقل لفتاً للانتباه، وذلك باستعمال بعض المواد المزيلة للون الجلد مثل (Eldoquin) مع تجنب التعرض للشمس قدر المستطاع.

٣- محاولة إعادة الصبغة لمناطق البهق؛ باستعمال مركبات Psoralen، المستخرجة من نبات الخلة الشيطاني، ونبات الخيزران، على شكل حبوب وسائل تدهن به الأماكن المصابة؛ فتزيد من حساسية الجلد للأشعة فوق البنفسجية، مما يساعد على عودة اللون السابق، ولكن ينبغي استعمال هذا العلاج لمدة ستة أشهر على الأقل، وأحياناً

(١) إن التعرض لأشعة الشمس في الفترة الصباحية أفضل منه في الفترة المسائية، لتوافر الأشعة فوق البنفسجية بكمية أكبر في هذه الفترة.

يستعمل لبضع سنوات، وتختلف النتائج من شخص لآخر؛ نتيجة عوامل عدة، ويجب أن يكون ذلك تحت إشراف الطبيب المختص.

البواسير Piles

(صورة ٤)

البواسير عبارة عن توسع في عروق المنطقة الشرجية، وتقسم إلى نوعين:

١- خارجية؛ يمكن رؤيتها ولمسها.

٢- داخلية؛ ويمكن رؤيتها بواسطة منظار الشرج.

والبواسير تصيب الكثير من الناس، وفي معظم الحالات لا تستدعي استشارة الطبيب، ويمكن للإنسان أن يتعايش معها بيسر؛ إذا اجتنب الأمور التالية:

١- الإمساك.

٢- الوقوف الطويل، والجلوس الطويل.

٣- تناول الفلفل والبهارات.

وقد يتطور أمر البواسير في بعض الأحيان إلى الآلام الشديدة، والنزف المتقطع؛ مما يستدعي التدخل الطبي.

العلاجات الشعبية:

١- تدق كمية من الحبة السوداء، وتخلط بكمية مساوية من السكر، ويؤخذ الخليط في اليوم مرتين، كل مرة بمقدار نصف ملعقة صغيرة ناشفة، ثم يؤخذ بعدها بضع جرعات من الماء[١].

٢- تغلى كمية من البابونج بفنجانين من زيت الزيتون؛ حتى يصبح البابونج نظير الفحم، ثم يصفى، وتدهن البواسير بهذا الزيت مرتين يومياً.

---

(١) تم استعمال هذه الوصفة من قبل أحد المراجعين ويبلغ من العمر ٣٥ عاماً، وكان يعاني من آلام مع نزف من البواسير، فكانت النتيجة أن توقف النزف وزالت الآلام بعد استعمالها لمدة أسبوعين، واستعملها مريض آخر بذات العمر والأعراض فلم تؤد إلى تحسّن واضح، ويعود ذلك إلى اختلاف طبائع الأجسام وقناعة الشخص ذاته.

ويمكن عمل مغطس بمغلي البابونج والميرمية ونبات البطباط(عصا الراعي)، والجلوس فيه لمدة ربع ساعة في حالة اشتداد آلام البواسير.

٣- أقماع الباذنجان المحترق المسحوقة مع اللوز المر؛ مع شيء من الفازلين تدهن بها البواسير.

٤- تغلى نصف بصلة متوسطة الحجم لمدة ثلاث دقائق في لتر من الماء، حيث يصفى بعد ذلك؛ ليحقن في الشرج (وهذه الطريقة تساعد على قتل الطفيليات والديدان، في حالة وجودها في منطقة الشرج).

والملاحظ أن هذه الأدوية بحاجة إلى وقت وجهد لتحضيرها، ولا داعي لذلك – في رأيي – إلا في حالة عدم توافر الأدوية الحديثة سهلة الاستعمال، رخيصة الأسعار، ذات الفاعلية العالية، ويمكن اللجوء إلى الأدوية الشعبية عند عدم توافر ذلك.

العلاجات الحديثة للبواسير:

١- المراهم والتحاميل الموضعية؛ مثل: Chiroproct, Xylocaine, Anusol. proctosedyl . **ومرهم** Healar **ومرهم بايلونيل** Pilonil **من إنتاجنا وغيرها، وهدفها تخفيف الاحتقان، وتخدير الألم، ومعالجة الالتهابات السطحية.**

٢- التدخلات الجراحية:

وتستعمل في حالة الألم الشديد، أو الخروج المتكرر للبواسير الداخلية، أو تكرار النزف. ومن هذه التدخلات:

أ- القطع والإزالة بالتبريد (Cryosurgery**).**

ب- القطع باستعمال الربط، (وتاخذ فترة طويلة).

ج- الحقن بإبر خاصة لتنشيفها، ثم سقوطها.

د- العملية الجراحية لإزالتها بالمشرط.

٣- معالجة الإمساك بالحبوب والزيوت الملينة.

أما طب الأعشاب الحديث فقد بدأ يخطو خطوات جادة في تغيير أسلوب علاج البواسير، فأخذ يركز على تنشيط خلايا الكبد وتنشيط الدورة الدموية في الأوردة الصاعدة إلى الكبد، ويستعمل في ذلك نبات الحرشف البريّ Sylibum marianum **ونبات الطرخشقون والهندباء وغيرها.**

التبول الليلي عند الأطفال Nocturnal enuresis

(صورة ٥)

ويقصد به خروج البول لا إرادياً في سن يتوقع معها التحكم بالتبول (عادة عند خمس سنوات من العمر).

ولكن من الطبيعي أن يتأخر عدد من الأطفال في أمر التحكم إلى سنوات متأخرة في فترة المراهقة، وفيما يلي جدول يبين هذه النسب:

السن	نسبة الأطفال الذين يتبولون ليلاً
سنتان ونصف السنة	٥٠%
٣ سنوات	٢٥%
٥ سنوات	١٥%
١٠ سنوات	١٠%
١٥ سنة	٥%

وقد راجعني في عيادتي شخص يعاني من مشكلة التبول الليلي وعمره ٢٦ عاما وهو متزوج!! وقد شفي بفضل الله بعد استعمال شراب التبول الليلي العشبي مع التدريب السلوكي لمدة اربعة اشهر.

والتبول اللاإرادي على نوعين:

١- أوليّ: أي إن الطفل لم يجف تماماً.

٢- ثانوي: عودة التبول بعد فترة من الجفاف، وفي هذه الحالة نستطيع الجزم بأنه لا يوجد مرض عضوي عند الطفل.

ومن المعلوم أن نسبة وجود مرض عضوي عند هؤلاء الأطفال لا تتجاوز الواحد بالمئة.

إن أكثر أوجه هذه المشكلة ازعاجاً هو حصول النجاسة على فراش الأطفال وملابسهم، مما يضطر الأهل للقيام باحتياطات كثيرة، وتكرار الغسيل، بالإضافة إلى الأثر النفسي على الطفل؛ لشعوره بالنقص وتأنيب الضمير، مع ما يصاحبه من استهزاء والديه وإخوته.

ومن الخطأ الكبير معاملة الطفل بشدّة وغلظة؛ لكي يقلع عن هذا الأمر؛ مما يعمق شعور النقص والضعف عنده، فيؤثر مستقبلاً في شخصيته ونفسيته.

والأَوْلَى من ذلك كله، اتباع برنامج سهل لطيف، تكون له نتائج عظيمة بإذن الله، بشرط المتابعة المستمرة، وإتباع سياسة النَّفَس الطويل.

البرنامج العملي

الهدف:

تمكين الطفل من التحكم بعملية التبول، عن طريق تمرين عضلات صمام المثانة.

الطريقة:

يعطى الطفل كميات كبيرة من الماء أو السوائل الأخرى في الصباح، أو حين عودته من المدرسة، ثم يطلب منه الذهاب إلى الحمام للتبول كل نصف ساعة، حتى وإن لم يشعر برغبة في ذلك، مع الانتباه لعدم إعطائه السوائل بعد المغرب.

في اليوم التالي تكرر ذات العملية، ويطلب منه إفراغ المثانة كل ساعة.

وفي اليوم الثالث كل ساعة ونصف، وهكذا يزداد الوقت إلى أن يصل إلى ست ساعات (بالطبع يمكن تأخير الزيادة في عدد الساعات، إن وجدنا أن الطفل لا يستطيع التحكم بمثانته طوال هذا الوقت، ونعطيه فرصة أطول، ثم نعود إلى زيادة الساعات من جديد).

فإذا استطاع الطفل حبس بوله لمدة ست ساعات، مع استمرار تناوله للسوائل نهاراً، فإنه سيكون أقدر على ضبط نفسه، مع عدم تناول السوائل ليلاً، وهذه هي المعادلة التي نود الوصول إليها.

أما النصائح الأخرى التي تساعد على نجاح الخطة، فهي:

١- تفريغ المثانة تماماً قبل النوم.

٢- عدم تناول مدرات البول قبل النوم، مثل: الشاي والكاكاو والبيبسي والكولا والقهوة والعرقسوس والبطيخ.

٣- إن كان هناك حائل بين الطفل والحمام، مثل: الجو البارد، أو الظلام.. الخ، فيمكن وضع وعاء بجوار سريره، مع أوراق وماء للتنظيف، وتعليمه كيفية التصرف.

٤- وضع جدول شهري تظهر فيه الأيام النظيفة. مع محاولة إظهار التقدم في النظافة أسبوعاً بعد أسبوع، مع التشجيع والمكافأة، وقد يستغرق هذا البرنامج ثلاثة أشهر حتى ينجح تماماً.

٥- يمكن إعطاء الطفل بعض الوصفات المساعدة له في ضبط مثانته، بإحدى الوسائل الشعبية التالية:

أ- تناول ملعقة عسل قبل النوم.

ب- تغلى ملعقة صغيرة من قشر البلوط المقطع إلى أجزاء صغيرة، في فنجان واحد من الماء، لمدة عشر دقائق ثم يُصفّى، وتضاف إليه ملعقة عسل، ويعطى قبل النوم.

ج- ينظف قشر البيض، ويحمص ثم يطحن مع الحبة السوداء، ويشرب منه ملعقة صغيرة مع كوب من الحليب أو يخلط بالعسل في أي وقت من النهار، وذلك لمدة أسبوع.

طرائق حديثة أخرى بالإضافة إلى ما سبق ذكره من البرنامج العملي

١- استعمال المنّبه: يوضع هذا المنبه الخاص في منطقة قريبة من أماكن بلل الطفل، بحيث يعطي إنذاراً لدى حصول أي بلل، مما يوقظ الطفل، فيذهب إلى الحمام، ويجب استعمال المنبّه شهراً كاملاً بعد أن تتم نظافة الطفل؛ خشية عودة التبول مرة أخرى.

٢- بعض الأدوية النفسية:

لا يميل الأطباء في هذه السنوات إلى استعمال الأدوية النفسية إلا لحالات خاصة ممن هم فوق ثماني سنوات من العمر، حيث توجد بعض المضاعفات لهذه الأدوية، كما أن احتمال عودة التبول يكون بنسبة عالية بعد توقف الدواء.

تجربة:

أسرة كاملة تتألف من ستة أطفال، تتراوح أعمارهم من ٦ سنوات إلى ١٦ سنة (ذكوراً وإناثاً) يعانون من التبول الليلي، مما أحال حياة أمهم إلى مشكلة كبيرة من الغسيل اليومي المستمر، وبعد أن تم شرح طريقة التحكم العملي لهم، مع أخذ ملعقة من العسل قبل النوم، نجحت الطريقة تماماً مع أربعة منهم، بينما أخفق الآخران نتيجة عدم الانضباط في البرنامج، ومدة المتابعة (شهران).

- وحالياً يتوافر لدينا شراب عشبي لذيذ الطعم يساعد في زوال هذه المشكلة نهائياً خلال مدة قد تتراوح من شهر ـ ٣ أشهر حسب عمر الطفل.

تساقط الشعر Hair loss, Baldness

(صورة ٦)

تساقط الشعر أسبابه كثيرة، وأشكاله عديدة، ويكون في الذكور أكثر منه عند الإناث، ويمكن حصر ذلك في الأسباب التالية:

١- استعمال حبوب منع الحمل و حصول الحمل، وبعد الولادة.

٢- اتباع نظام غذائي قاسٍ لإنقاص الوزن.

٣- استعمال مجفف الشعر (السشوار) بكثرة.

٤- طرائق التسريح المختلفة، التي تؤدي إلى جفاف الشعر وتقصفه، مثل: فرد الشعر، وتمويجه، وصبغه.. الخ.

أما تساقط الشعر عند الذكور فأهمها: هو الصلع العادي، حيث تبين الإحصائيات بأن ٢٥% من الذكور يعانون من حالات الصلع عند سن الخامسة والعشرين، و٥٠% عند سن الخمسين، و ٦٠% منهم بعد سن الخمسين.

٥- التوتر النفسي والكآبة التي لها دور كبير في ضعف مناعة الإنسان، وحدوث تساقط في الشعر.

٦- كثرة الكيماويات التي دخلت في طعامنا وشرابنا ولوّثته مما جعلها تتفاعل داخل الجسم وتطلق ما يسمى بالشوارد الحرة Free radicals**، وتساعد في ظهور أمراض وأعراض عديدة، ومن بينها تساقط الشعر.**

نصائح عامة:

١- عدم استعمال أصبغة أو أدوية إلا تحت إشراف الطبيب، وتجنب استعمال مجفف الشعر قدر الإمكان، ولتعلم المرأة أن جمالها ليس في تصفيف شعرها، وإضاعة الساعات الطوال من عمرها في ذلك؛ بل إن خلقها وحسن معاملتها، واستعمال أبسط أمور التجميل؛ مثل: النظافة المستمرة، واستعمال الكحل للعيون، مع العطور الخفيفة هو من أكمل الجمال عندها، أما معظم وقتها فعليها قضاؤه في تعلم دينها، وتربية أبنائها على الأخلاق والطاعات وفضائل الأعمال.

٢- أما بالنسبة للرجال، فطالما إن الصلع لديهم أمر طبيعي، فعلى المصاب بذلك أن يرضى بهذا الأمر ما لم يكن وراءه سبب مرضي ، وبذلك يريح ويستريح، ويوفر على نفسه وبلده الأموال الطائلة التي تذهب سدىً وراء أحلام عودة الشباب، علماً بأن الأدوية التي يزعم أصحابها أنها تعيد للرأس شعره، هي أدوية باهظة التكاليف، يغلب عليها الربح التجاري، واستعمالها يكون لفترات زمنية طويلة، وفي النهاية إما أن يخفق العلاج، أو تنتج بضع شعرات هزيلة سرعان ما تزول مرة أخرى.

أما إن سقط الشعر بصورة غير طبيعية، فهذه مجموعة من الوصفات الشعبية التي قد تنفع بإذن الله:

١- عجينة الحناء،حيث توضع على الرأس، ثم يضمد إما من المساء إلى الصباح، أو من الصباح إلى المساء، ويغسل بعدها الشعر بالماء الدافئ، ويمكن أن تكرر العملية؛ فإنها تقوي الشعر، وتمنع من تساقطه بإذن الله.

٢- تسريح الشعر بمزيج من خل التفاح، وبضِعْفه من الماء، وقليل من الملح، وهذه الوصفة مفيدة لإزالة قشرة الرأس.

٣- تغلى كمية من الخُبيزة بالماء، ويفرك بها الشعر مرتين يومياً، ويداوم على استعماله إلى أن يتوقف تساقط الشعر.

٤- مقادير متساوية من الخل وعصير الجرجير؛ لتدليك جلدة الرأس يومياً بهذا المزيج، إلى أن يتوقف تساقط الشعر.

٥- يفرك الرأس بعصير الرشاد والبصل؛ إلى أن يتوقف تساقط الشعر.

٦- مسحوق بذور الحلبة + عصير أوراق الصبار والإغاف Agave لعمل عجينة توضع فوق الرأس من حين لآخر، تساعد في تأخير حدوث الصلع.

٧- ملعقة كبيرة من الرشاد الناعم، وملعقة صغيرة من الثوم المهروس، وملعقة كبيرة من العسل + كوب من الماء، تخلط وتدلك به فروة الرأس يومياً، لمدة عشرين يوماً.

٨- مغلي نبات القرّيص و كذلك مغلي اوراق شجر السدر والأثل.

يتم غلي ٣٠ غراماً من أوراق هذه النباتات في ½ لتر ماء بضع دقائق يحفظ في الثلاجة وتدلك به فروة الرأس يومياً حتى يتوقف التساقط وينمو الشعر من جديد.

٩- تناول الأعشاب التي لها خصائص مضادة للكيماويات الداخلة إلى الجسم على شكل مغلي أو عصير القرّيص ونبات الحرشف البرّي والجزر. كما توجد تركيبة تدعى «منقّي الدم» مصنوعة من الأعشاب لها خصائص إيجابية جداً في وقف التساقط بالإضافة إلى عشبة القمح الخضراء.

حادثة: جاءني ضابط طيار عمره ٣٢ عاما يعاني من تساقط الشعر، وكان متضايقا يرغب في بقاء شعره قويا، وحينما استعملت معه أعشاب منقي الدم وعشبة القمح الخضراء لمدة ٣ أشهر مع شامبو عشبي، كانت النتيجة جيدة، فاستأذن ان يستخدم العلاج لمدة ستة أشهر أخرى فوافقت، وبعدها جاء وشعره في حالة ممتازة من الكثافة وهو مسرور جدا.

الأدوية الحديثة:

- تعتمد على التشخيص، وتحديد سبب سقوط الشعر إن أمكن، فإن وجدت القشرة في جلدة الرأس؛ فإن (الشامبوات) المضادة للقشرة تساعد في توقف تساقطه، وهذه (الشامبوات) كثيرة جداً، وما يصلح لمريض لا يصلح لغيره، ويجوز استعمالها دون وصفة طبية، مثلها مثل الصابون في ذلك.

-أدوية حديثة تزعم القدرة على إنبات الشعر عند الذكور، وهذه ما زالت قيد الدراسة والتجارب، ولم يثبت منها شيء من الناحية العلمية المجردة.

- قد يحتاج الشخص الى تحليل نسبة الحديد في الدم وفيتامين ب١٢ ومادة الزنك حيث ان النقص فيها قد يكون له دور في تساقط الشعر.

الثآليل Warts, Verrucae

(صورة ٧)

الثآليل عبارة عن أورام صغيرة في الطبقة الخارجية للجلد، وهي على نوعين:

١- نوع ناتج عن زيادة الضغط والاحتكاك على منطقة معينة من الجلد، مما يؤدي إلى ظهور طبقة سميكة من الطبقة القرنية، فتكون إما على صورة مفلطحة، أو عميقة داخل الجد، ويكثر هذا النوع في القدمين، والأيدي، وبين الأصباع، وتسمى أحياناً (مسامير الرجل).

٢- نوع آخر سببه الفيروسات (جراثيم دقيقة جداً)، وينتشر في معظم أجزاء الجسم، وأشهر الأماكن إصابة هي: أيدي وأرجل الأطفال، وتكون بأحجام مختلفة، وقد تنتشر من طفل لآخر عن طريق اللمس المباشر، وهناك أنواع أخرى من الثآليل تنتشر حول الأعضاء التناسلية، وهي ليست موضوع هذا البحث.

ومن الملاحظ أن هناك قابلية وراثية عند بعض الأشخاص لحدوث الثآليل.

نصائح عامة لتجنب حدوث الثآليل:

١- تجنب الأحذية الضيقة، وذات الصناعة الرديئة؛ التي قد تحدث اختلالاً في مناطق الضغط في القدم.

٢- المحافظة على نظافة القدمين، وتغيير الجوارب (الشرابات) دورياً، مع ضرورة تخليل بين الأصابع عند الوضوء.

٣- عدم السماح للأطفال بالاختلاط مع الطفل المصاب بالثآليل الناتجة عن الفيروسات؛ حتى تتم معالجته.

العلاج الشعبي:

١- يمزج ملء فنجان قهوة من البصل الناعم في ملعقة كبيرة من الملح حتى يصبح مرهماً، ثم توضع كميات صغيرة على الثؤلول (مع تجنب وضعه على الجلد السليم)، ثم تغطى بقطعة من القماش، أو اللاصق

يومياً، لمدة خمسة أيام أو نحوها؛ حتى يموت الثؤلول ويخرج بسهولة (مجربة وناجحة).

٢- تضمد الثآليل بشرائح البصل المشبعة بالخل، وتثبت بمشمع لاصق؛ وذلك قبل النوم حتى الصباح، إلى أن يتم نزع المسامير في حمام قدمي ساخن (مجرب).

٣- تضمد الثآليل بلبخات من مسحوق الثوم، وتعامل معاملة الخطوة رقم (٢).

٤- كوب من الحبة السوداء، مع كوبين من خل التفاح، يرشح الخل الملون، وتبلل قطعة قماش خشنة، وتُحَكُّ بها الثآليل مرتين يومياً ولمدة خمسة أيام متتالية.

٥- أيضاً حك الثآليل بأوراق الرجلة (البقل) لعدة أيام يزيلها بعون الله سبحانه وتعالى.

٦- تمزج الحبة السوداء الناعمة بالعسل والخل، وتضمد الثآليل حتى تزول.

٧- تنقع القدم لمدة عشر دقائق في الماء الدافئ، ثم تقطع شريحة من البندورة الخضراء اليابسة، وتوضع فوق الثؤلول، وتلف بالقماش، وتنزع عند الصباح، وتكرر لمدة خمسة أيام، فينقطع الثفن(الثؤلول) تماماً.

٨- ينقع ورق الصفصاف الطازج بالخل لمدة ٢٤ ساعة، ثم توضع الأوارق على الثؤلول وتضمد، ويكرر ذلك حتى يزول الثؤلول.

حادثة: جاءتني مريضة تعاني من ثآليل كثيفة وشنيعة المنظر حول كفتي القدمين، حيث ازدادت هذه الكثافة بعد تعرضها لأكثر من عملية كي و إزالة في عيادات أطباء الجلد مما جعل طبيب الامراض الجلدية يعتذر لها و يتوقف عن علاجها، فقمت بتحضير خلطة خاصة لها من الأعشاب استعملتها لمدة شهرين متتاليين فزالت الثآليل تماما بفضل الله.

العلاجات الحديثة للثآليل:

١- توجد في الصيدليات لصقات خاصة، مشبعة بجامض الساليسلات، توضع على الثآليل لعدة أيام حتى تزول الثآليل، وهي متوافرة بنسبة مختلفة، بحسب موضع الثؤلول (ثآليل القدم بحاجة إلى تركيز أعلى).

٢- إزالة الثؤلول بالتبريد الكهربائي.

٣- إزالة الثؤلول بالكي الكهربائي.

والعلاج بالطريقتين الثانية والثالثة علاج سريع لإزالة الثؤلول، ولكنه بحاجة إلى بضعة أيام من الغيار، والتضميد حتى يزول الأثر، ولكن قد تهيج الثآليل عند بعض المرضى وتصبح المشكلة أصعب كما ورد في الحالة المذكورة أعلاه.

الثعلبة Alopecia areata

(صورة ٨)

عبـارة عـن تسـاقط الشـعر مـن بعـض منـاطق فـروة الـرأس أو الـذقن أو الشـارب، فتبدو هذه المنطقة خالية من الشعر تماماً؛ دون وجود احنرار أو التهاب أو حساسية، وقد تظهر هذه الحالة بالتدريج، أو فجأة؛ حيث يفاجأ المصاب حين يقوم من نومه بهذا الأمر.

أما السن التي تحدث فيها ذلك؛ فهم الصغار والشباب. وهناك علاقة وراثية بنسبة ١٠-٢٠% من الحالات. إن سبب الثعلبة غير معروف، ويُعتقد أن هناك أسباباً مناعية ذاتية (Autoimmune) مع عناصر نفسية. أما كيفية مسار المرض فيصعب التنبؤ به. ولكن وبشكل عام، فإنه كلما كانت سن المصاب أصغر، والمساحات المشمولة بالمرض أوسع، كان الشفاء أعسر.

وإذا حصل نمو جديد للشعر في المنطقة المصابة الأولى، فإن ذلك قد يتم خلال ستة أشهر في ٣٠% من الحالات، وخلال عام واحد في ٥٠% من الحالات. وخلال السنوات الخمس في ٧٥% من الحالات.

أما الشفاء الكامل فيحدث في ٣٠% من الحالات، ولا ينمو الشعر مرة أخرى في ٣٣% من الحالات.

أما إذا تطورّ المرض بسرعة فقد يؤدي ذلك إلى سقوط الشعر تماماً من جميع أجزاء الجسم.

العلاج:

لا يوجد علاج حاسم لهذا المرض؛ حيث إنه غير معلوم السبب، ولذا فإن العلاجات المتوافرة، سواء كانت شعبية أم حديثة؛ تسعى لإحداث إثارة في مناطق الجلد المصابة، مما يشجع على ظهور الشعر مرة أخرى.

العلاجات الشعبية:

١- تدليك الجزء المصاب بالبصل لأيام عدة.

٢- مزج رماد ورق الزيتون بالعسل والثوم، وتدلك به المنطقة المصابة لمدة أسبوع.

٣- تدليك الجزء المصاب بزيت الجوز العتيق، أو بدهن حب الخروع.

٤- يحلق المكان، وينظف جيداً حتى يدمى، ثم يدهن بسم النحل، ويغطى المكان بضماد، على أن يغير يومياً في ذات الميعاد، لمدة أسبوع.

٥- تخلط كميات متساوية من الحبة السوداء الناعمة مع خل التفاح، وتدلك به فروة الرأس أو المنطقة المصابة، ويترك الدواء على المنطقة لمدة أربع ساعات في النهار لمدة عشرين يوماً متتالية، ويحفظ المزيج في الثلاجة.

٦- يخلط السدر بالحناء (كميات متساوية) وتعجن بزيت اللوز، وتستعمل لبخة على الرأس لمدة نصف ساعة، ثم يغسل الرأس بالماء الدافئ، وتكرر مرتين أسبوعياً.

٧- تمسح المنطقة المصابة بمحلول اليود مرة واحدة، ثم يكرر بعد ١٥ يوماً.

٨- لقد استخدمت عشبة القمح الخضراء مع الأعشاب المضادة للسموم داخلياً لعلاج المئات من مرضى الثعلبة، فكانت النتائج ممتازة، وتم الشفاء لمعظم الحالات خلال ٣ أشهر من بدء المعالجة.

أما حالات الثعلبة الشاملة للرأس، فيفضل استخدام الحجامة على الرأس جنبا الى جنب مع الأعشاب للحصول على نتائج جيدة، بإذن الله.

العلاجات الحديثة للثعلبة:

في اعتقادي أن العلاجات الشعبية تتفوق على العلاجات الحديثة في هذا الباب، حيث لا توجد في العلاجات الحديثة وصفات ناجحة، والذي يستخدم هو مستحلب المينوكسديل (Minoxidil)، أو البيتاميثازون (من مشتقات الكورتيزون) ونسبة الشفاء منها لا تتجاوز ٣٠% في أفضل الحالات بعد استعمالها لفترة لا تقل عن ٦ أشهر أوعام، مع ارتفاع ثمنها.

جدري الماء / العنقر Chickenpox

(صورة ٩)

- هو مرض معدٍ تسببه فيروسات، ولا يوجد له تطعيم.
- فترة حضانة المرض تتراوح من ١٠-٢٠ يوماً.
- يسبق ظهور الحبوب والطفح الجلدي أعراض عطاس وحمّى خفيفة تشبه حالات نزلات البرد.
- يبدأ ظهور الطفح الجلدي مختلف الأحجام، والأشكال على الجذع، ثم الوجه والأطراف، وتشتد الحالة في اليوم الرابع والخامس، لتشمل جلد الرأس وتجويف الفم والأنف والأمعاء، ثم تبدأ هذه الحبوب بالجفاف والتقشّر وحينئذٍ تزول خاصية العدوى من المصاب،وفي غالب الأحوال يشفى المصاب تماماً دون حدوث أية مضاعفات، وفي حال حدوثها ينبغي مراجعة الطبيب في الحال.

نصائح عامة:

إن العدوى تحدث غالباً في فترة الحضانة قبل ظهور الحبوب والبثور، مما يجعل الإصابة تنتقل بين الأخوة داخل المنزل لا محالة، ويجب منع الطفل من الذهاب إلى المدرسة خلال فترة ظهور الحبوب، وكذلك منع اختلاطه بأطفال الجيران والأقارب وغيرهم، كذلك ينبغي حظر استخدام أدواته الخاصة، مثل: الملعقة والصحن والمنشفة والكأس وغيرها.

العلاج:

لا يوجد علاج محدد، بل يُكتفى بإعطاء مخفضات الحرارة، ومضادات الحكّة واستعمال محلول موضعي لذلك، مثل (Calamine Lotion).

الجرب Scabies

(صورة ١٠)

هو مرض جلدي معدٍ، ناتج عن طفيلي يخترق طبقة الجلد الخارجية، ويسمى باللاتيني (ساركوبتس سكابياي) يؤدي إلى حكة شديدة، مع ظهور بثور وتسلخات في الجلد، تزداد حدّته في أثناء الليل.

وتكون الإصابة أكثر ما تكون في المنطقة التناسلية، وبين الأصابع، وعند ثنيات الرجل، واحياناً تصيب الجسم كافة ما عدا الوجه.

طرائق العدوى:

١- عدوى مباشرة من المرضى، وأدواتهم الشخصية.

٢- عن طريق الاتصال الجنسي.

٣- عن طريق الحيوانات الأليفة؛ مثل: القطط، والكلاب، والجمال، والعصافير المصابة بالجرب. وعلى المريض قبل معالجة المناطق المصابة بالجلد أن يغسل الملابس بالماء الساخن، ويستعمل المنظفات المختلفة؛ لقتل طفيليات القمل، ثم يبدأ بمعالجة المرض الجلدي.

نصائح عامة:

١- المحافظة على نظافة البدن، والبيت، والبيئة، يمنع حدوث هذه الأمراض بإذن الله.

٢- الابتعاد عن مسببات المرض، وطرائق العدوى، ومعالجة الحيوانات المريضة.

٣- ينبغي معالجة المخالطين مبكراً، بعد الكشف عليهم، والتأكد من وجود الإصابة.

العلاجات الشخصية:

١- وصفة على لسان الدكتور الفرنسي جان فالنيه: تقطع تفاحة نصفين، وتنزع منها البذور والقلب، ويوضع مكانها قليل من زهر الكبريت، ويضم النصفان معا بخيط، وتشوى بالفرن، ثم تهرس، وتفرك أماكن المرض بالسائل الذي يخرج من التفاحة.

٢- العلاج بالحبة السوداء: وذلك بمزج كوب من الحبة السوداء الناعمة، وكوب وربع من خل التفاح، وقطعة قماش مسامي، يضاف الخل إلى الحبة السوداء، ثم ترشح بالقماش، ويعرض الرشيح إلى الشمس بعد وضعه في طشت واسع ليتبخر الخل، ثم يضاف إليه الخل مرة أخرى بالتدريج حتى يصل المزيج إلى درجة التشبع، ثم يدهن بها الجزء المصاب، ويترك على الجسم لمدة أربع ساعات بصفة يومية لمدة أسبوع. وصلاحية الدواء: أسبوعان في الثلاجة.

٣- تؤخذ ٥ رؤوس ثوم، وتفرم وتعجن في شحم، وتدهن به مناطق الإصابة من المساء إلى الصباح، حيث يتم أخذ حمام، ويكرر ذلك لمدة أسبوع.

الأدوية الحديثة:

١- كريم أو مستحلب كول (Kwell) يدهن به الجسم كافة لمدة ٢٤ ساعة ثم يغسل.

٢- مرهم يواركس (Eurax) يدهن به جميع الجسم لمدة خمسة أيام متتالية، ثم يؤخذ حمام ساخن.

٣- مستحلب بنزيل بنزويت لمدة ٢-٣ أيام.

٤- محلول ثيابندازول (Mintezol) ١٠% موضعياً، أو عن طريق الفم، بجرعة ٢٥ مغم / كغم وزن يومياً لمدة ١٠ أيام.

وجميع هذه الأدوية فعالة جداً.

الجروح Wounds

(صورة ١١)

قد تكون الجروح بأنواعها المختلفة سبباً رئيساً في حدوث مضاعفات خطيرة للإنسان؛ إن لم تتخذ الإجراءات الوقائية والعلاجية المناسبة؛ لمنع ذلك.

أما جروح الحروب؛ فإن خطورتها تزداد زيادة كبيرة، نتيجة تلوث الشظايا وجو المعركة المشبع بالمواد الكيماوية والمتفجرات المختلفة، مما يُهَيِّئ الفرصة السانحة للجراثيم الفتاكة، مثل: جرثومة الكزاز والموات الغازيَّ لتلويث الجروح.

ومن الملاحظ أن المجاهدين في سبيل الله يعانون من الفقر وشح الموارد في هذه الأزمنة، وربما يكون ذلك فضل من الله عليهم؛ لكي تكون عقيدة التوكل عندهم خالصة لله، صافية من كل شائبة، وبذلك يستحقون النصر المؤزر المبين، لذا فمع قلة الإمكانات، قد يضطر الجريح للسفر أياماً متواصلة؛ حتى يصل إلى أحد المراكز الصحية أو المستشفيات، وخلال ذلك قد يحصل له ما لا يحمد عقباه.

نصائح عامة للجروح:

١- تنظيف الجرح من أية مواد عالقة به بأية وسيلة متاحة، مثل: الماء أو الشاش النظيف..

٢- إذا كان نزف الدم مستمراً، فيجب الضغط بخرقة نظيفة على الجرح بقوة، وربطها حتى يتوقف الدم.

٣- تغطية الجرح بقماش نظيف؛ لمنع تلوثه من الغبار والذباب إلى حين الحصول على المساعدة الطبية.

الهدي النبوي في علاج الجروح:

في الصحيحين، عن أبي حازم أنه سمع سهل بن سعد يسأل عما دُووي به جرح رسول الله ﷺ يوم أحد، فقال: جُرح وجهه، وكُسرت رباعيته، وهُشّمت البيضة على رأسه، وكانت فاطمة بنت رسول الله ﷺ تغسل الدم، وكان علي بن أبي طالب يسكب عليها بالمِجَنّ، فلما رأت فاطمة أن الدم لا

يزيد إلاّ كثرة، أخذت قطعة حصير فأحرقتها، حتى إذا صارت رماداً ألصقته بالجرح، فاستمسك الدم.

(والحصير مصنوع من نبات البردي؛ ،هو نبات مائي كالقصب، تصنع منه الحصر، وكان القدماء يستعملون قشره للكتابة، وله فعل قوي في حبس الدم).

ومن المعروف أن الرماد معقم وخال من الجراثيم؛ إن كان حديث التحضير، وعلى القارىء ملاحظة أن الرماد استعمل لوقف الدم، وليس لشفاء الجرح وسرعة التئامه، وبخاصة في حالة كون الجرح قديماً أو ملتهباً؛ حيث إن لذلك أدوية أخرى سنتحدث عنها لاحقاً بإذن الله.

وقد يسأل سأل: هل نستطيع استعمال هذه الخاصية (خاصية وقف النزف) بالرماد لمن يشكو الرعاف؟.

الجواب: نعم، إذ يمكن وضع شيء من هذا الرماد على منديل أو قطنة، أو بالإصبع، أو حتى نفخه داخل الأنف؛ فيتوقف الرعاف بإذن الله.

ولابد من التذكير بأن الجروح المفتوحة لابد لها من تنظيف وخياطة، وإزالة الأنسجة الميتة والمتهتكة منها، وإلا فإنها ــ حتى مع شفائها ــ قد تؤدي إلى إعاقة مستديمة عند المصاب.

وفيما يلي بعض الأدوية الشعبية التي يمكن أن يستعملها المصاب، وتساعد إلى حد كبير في شفاء الجروح بإذن الله.

الأدوية الشعبية في علاج الجروح:

١- استخدام العسل الأصلي ووضعه على الجرح بعد تنظيفه، ثم ربطه بالشاش، يعطي نتائج إيجابية خلال ٤٨ ساعة، حيث يقوم العسل بزيادة نسبة مادة الجلوتاثيون المساعدة في شفاء الجروح.

٢- تضميد الجرج بثمار التين المجففة بعد فتحها وغليها بالحليب، وبعد أن تبرد يغطى بها الجرح، بحيث يكون سطحها الداخلي (المبرغل) فوق الجرح مباشرة، ونثبت فوقه بالقطن والرباط، ويجدد الرباط ٣ مرات يومياً، إلى أن يزول الالتهاب تماماً خلال ٣-٤ أيام.

٣- غسل الجرح المتقيح بماء دافىء ممزوج بالثوم المهروس، فإنه يعقم الجرح، كذلك يمكن تضميد الجرح بالثوم مع أنه حار، ولكنه أخف ضرراً من بقائه عرضة للالتهاب وربما الغرغرينا؛ التي تؤدي إلى ضرورة بتر الجزء المصاب.

٤- يفرم بصل ويعجن في زيت الزيتون، ويدهن به الجرح كل يوم.
٥- بالنسبة للجروح الصغيرة: تدهن بطبقة رقيقة من دهن البيلسان فإنه نافعٌ جداً.
٦- غسل الجرح بمغلي ورق توت العليّق.
٧- غسل الجرح بمغلي الميرمية، وكذلك بمغلي البابونج[١].

التهاب جفون العين BLEPHARITIS

(صورة ١٢)

هو التهاب في جفون العين، يتميز باحمرار في الجفون، مع تورم وظهور قشور بيض.

الأسباب:

١- أسباب جرثومية: وهي البكتيريا المكورة العنقودية (Staphylococcus).
٢- أسباب تحسسية قشرية لها علاقة بقشرة الرأس، ومن الملاحظ أن هذه القشور تزداد حدّتها مع السهر، وقلة النوم.

الأعراض:

حكة مع حرارة واحمرار في حافة الجفون، مع تورم وسقوط الرموش التي تتخللها قشور بيض، ويتميز هذا المرض بعناده واستعصائه على العلاج.

العلاجات الشعبية للجفون:

١- عدة نقاط من عصير الملفوف الطازج كل ليلة قبل النوم.
٢- غسول من ماء الكمون، أو نبات آذان الجدي أو الورد.
٣- مغلي الخس، ويضاف إليه قليل من ماء الورد.

---

(١) النباتات العطرية لا تغلى، بل يصب عليها الماء المغلي وهي في كوب زجاجي، ثم تُكمر لمدة خمس دقائق ثم تُستعمل، وبخاصة الأزهار والأوراق الرقيقة.

٤- عصير البقدونس تقطر به العين كل ليلة.

٥- دهن الجفون بالعسل يومياً، ويمكن مزجه بماء البصل؛ ليصبح أكثر ليونة.

وبعد التجربة وجدت أن كل ما ذكر أعلاه له فوائد محدودة، بالإضافة إلى أنه بحاجة إلى التجديد يومياً؛ لأنه سريع التلف، ما عدا الوصفة رقم (٥) التي قد تصبر لبضعة أيام.

٦- ومن أفضل الوصفات:

دهن الجفون بزيت اللوز الأصلي، وذلك بوضع قليل من الزيت على طرف الأصبع الصغير بعد غسله جيداً، ودهن أطراف الأجفان مرة واحدة يومياً.

العلاجات الحديثة لالتهاب الجفون:

١- مراهم المضادات الحيوية للجفون، مثل: الأريثرومايسين، والباستراسين، ثلاث مرات يومياً في حالة وجود الالتهاب الجرثومي بالمكورات العنقودية.

٢- قطرة السلفا مع الكورتيزون خمس مرات يومياً على الجفون، واستعمال المراهم قبل النوم، لمدة أسبوعين، مع الانتباه لاحتمال زيادة ضغط العين.

٣- معالجة قشرة الرأس.

٤- تجنب السهر، والنوم لساعات كافية.

حب الشباب Acne

(صورة ١٣)

هو مرض جلدي شائع، يصيب الغدد الدهنية في الجلد، ويتميز بظهور أحجام مختلفة من الحبوب، على قمتها نقاط سود، وأحياناً تكون ممتلئة بالصديد، وفي أحيان أخرى تشتد الحالة مكونة دمامل وخراريج في الجلد.

الأسباب:

١- عوامل وراثية.

٢- زيادة إفراز الهرمونات الذكرية والأنثوية، فهي تظهر في فترة المراهقة والنمو السريع عند الجنسين.

٣- وجود جراثيم تغزو الغدد الدهنية، مسببة الالتهاب.

٤- تناول بعض الأطعمة يزيد من ظهور الحبوب؛ مثل: الشوكولاته، والمقالي، والمكسرات.

ومن الملاحظ أن حب الشباب يظهر في بداية سن المراهقة، ويستمر إلى سن الثلاثين تقريباً، ثم يختفي تدريجياً.

ولا يوجد دواء يشفي المصاب من حب الشباب تماماً،ولكن يمكن تخفيف حدة العلة الى حد بعيد، بحيث يمكن تجنب التشوهات الجلدية المتوقعة.

نصائح عامة:

١- الابتعاد عن تناول المنبهات؛ مثل: الشاي، والقهوة، والكاكاو، وبعض المأكولات الدسمة، والمكسرات.

٢- الابتعاد عن الجو الحار، والرطب.

٣- التعرض لأشعة الشمس؛ فإنها تجفف الحبوب وتساعد في زوالها.

٤- غسل الوجه عدة مرات يومياً بصابون عشبي أو طبي؛ لإزالة التراكمات الدهنية عن الجلد(مثل صابون العكبر او صابون البابونج).

٥- ممارسة الرياضة.

العلاج الشعبي:

تختلف نتائج العلاج من شخص لآخر، ولا يمكن معرفة ذلك إلا بالتجربة، فعلى المصاب أن يعتمد أنجح هذه الطرائق معه ويستمر عليها:

١- دهن الوجه بعصير الخس مساء كل يوم .

٢- كميات متساوية من عصير البندورة والجليسرين، مع قليل من الملح، بحيث يدهن به الوجه مساء كل يوم.

٣- غسل الوجه بعصير الملفوف يومياً.

٤- يمزج عسل بكمية مساوية من عصير الجزر، ويدلك به الوجه يومياً، ويمكن شرب هذا المزيج ايضاً.

٥- لقد قمنا باستخدام الأعشاب المضادة للأكسدة (منقيات الدم) مع مادة العكبر (البروبوليس)، وكذلك عشبة القمح الخضراء، فكانت مفيدة جداً في علاج حب الشباب.

العلاج الحديث:

- توجد في الصيدليات أنواع كثيرة من الكريمات الخاصة بحبوب الشباب، والتي توضع بالإصبع على الحبوب، فتساعد في جفافها وشفائها، وأشهر هذه الأنواع وأحدثها هو كريم ترتينوين Tretinoin الذي يوضع على المناطق المصابة كل ليلة قبل النوم، لمدة شهر على الأقل.
- أما إذا كانت الحبوب عميقة في الجلد، فيفضل استخدام المضادات الحيوية؛ مثل: التتراسيكلين، أو الأريثرومايسين، لمدة شهر على الأقل.
- تناول مركب ايزوترتينوين بالفم، وهو يعطي نتائج جيدة جداً، ولكن له بعض المضاعفات الخطيرة، لذا يجب استعماله تحت إشراف الطبيب المختص فقط.

الحروق Burns

(صورة ١٤)

تعد الحروق على اختلاف أنواعها من أشد أنواع الإصابات إيلاماً للإنسان، وهي تتفاوت في درجاتها وأنواعها تفاوتاً كبيراً، ولكن يجب العناية بها جميعاً؛ كي لاتترك آثاراً، وتشوهات دائمة.

والحروق من ناحية طبيعتها على نوعين:

١- حروق سطحية: وهي التي تصيب أدمة الجلد، ولا تقضي على بصيلات الشعر، وهذه تشفى شفاءً تاماً دون أثر يذكر.

٢- عميقة: حيث تأتي الحرق على الأدمة، وما تحتها من الأنسجة والأعصاب، مما يجعل المصاب لا يشعر بالألم، وهذا النوع من الحروق خطير، ويترك تشوهات دائمة لا تزول آثارها إلا بعمليات التجميل.

أسباب الحروق:

١- الحرارة الجافة: من النار، والمعادن الساخنة.

٢- الكهرباء: وتعتبر حروق الكهرباء حروقاً عميقة، وإن بدت في ظاهرها صغيرة وبسيطة؛ حيث يخفي هذا الحرق السطحي البسيط أنسجة عميقة تالفة.

٣- السوائل الساخنة.

٤- الكيماويات: نتيجة حوامض وقلويات تستعمل في السيارة، أو في المنزل، أو غاز الخردل في الحروب.

نصائح عامة لتجنب الحروق:

من الملاحظ أن أكثر الناس عرضة للحروق هم الأطفال؛ من جراء حوادث منزلية، لذا فالاحتياطات التالية تخفف من نسبة حدوثها بإذن الله:

١- عدم ترك علب الكبريت في متناول الأطفال.

٢- إغلاق أنبوبة الغاز حين مغادرة المنزل.

٣- إصلاح أي خلل كهربائي، أو تماس بواسطة المختصين، ووضع لاصق على مصادر الكهرباء التي في متناول الأطفال.

٤- رفع المواد الكيماوية والمنظفات بعيداً عن متناول أيديهم.

٥- توعية الأطفال والكبار بأسباب ومخاطر الحريق.

علاج الحروق:

تعليمات عامة:

١- أبعد المصاب عن مكان الحريق، ووفر له الهواء النقي.

٢- حاول مساعدة المصاب على التنفس الطبيعي، وإزالة اية عوائق في سبيل ذلك.

٣- انزع الملابس المحترقة أو الملوثة بالمواد الكيماوية مع الانتباه؛ خشية حدوث إصابة لك.

٤- صب الماء البارد على المنطقة المصابة؛ لتخفيف الألم وإزالة الأوساخ، أو المواد الكيماوية في حالة وجودها.

٥- ضع قطعة من الشاش النظيف المبتل على الحرق، وانقل المصاب إلى أقرب مركز صحي، وفي حالة عدم وجود مركز صحي قريب فيمكن استعمال بعض الأدوية الشعبية.

الأدوية الشعبية لعلاج الحروق:

١- يدهن المكان المصاب بالعسل مباشرة، بعد تنظيفه؛ فيؤدي ذلك إلى تخفيف الألم، ومنع ظهور النفطات والفقاقيع، وإذا توافر الفازلين فيمكن خلطه بالعسل، ووضعه على مكان الحرق[1].

---

(١) تمت دراسة أثر العسل على الحروق السطحية وموازنته بمرهم الحروق الشهير (silversulfadiazin) على ١٠٤ مريضاً حيث تم تقسيم المرضى إلى مجموعتين = فكانت النتائج كالتالي:

- مجموعة العسل: ٩١% من المرضى أصبحت حروقهم معقمة خلال أسبوع واحد فقط، وظهر النسيج الحبيبي (نسيج الشفاء) خلال ذات الأسبوع.
- مجموعة مرهم الحروق: ٧% فقط من الحروق أصبحت معقمة خلال أسبوع، وظهر النسيج الحبيبي بعد ١٤ يوماً.

وبعد ١٥ يوماً شفي ٨٧% من مجموعة العسل، بينما شفي ١٠% فقط من المجموعة الثانية.

British j. Surgery 1991

٢- في حالة عدم توافر العسل يمكن استعمال منقوع الشاي بدون سكر؛ حيث يؤدي ذلك إلى شد الأنسجة، ومنع خروج المصل من الأنسجة المحترقة.

٣- كذلك يمكن استعمال زيت اللوز.

ولابد من التنبيه إلى أن هذه الأدوية تصلح لمكان الحروق فقط، وأنسب ما تكون في حالة الحروق البسيطة، أما إن كانت مساحة الحرق واسعة؛ فإن المصاب يتعرض إلى خروج السوائل من جسمه بكيمات كبيرة، مما يعرضه للجفاف والصدمة والفشل الكلوي وغيرها من المضاعفات الخطيرة؛ التي قد تؤدي إلى الوفاة، لذا فمن الضروري إرساله إلى مستشفى أو مركز صحي؛ لتعويضه عن السوائل المفقودة بأسرع وقت ممكن.

٤- دهن الحروق السطحية بزيت الخزامى المخفف مفيد جدا.

العلاجات الحديثة:

١- إذا كان الحرق سطحياً، فيمكن الاكتفاء بغسل المكان بمحلول الملح العادي مرتين إلى ثلاث مرات يومياً، وترك المكان المصاب مكشوفاً لبضعة أيام، مع الانتباه لعدم تعرضه للماء والغبار وغيرهما.

٢- استعمال بعض المراهم التي تساعد على تنشيط عملية الشفاء؛ مثل: مرهم (سلفاديازين الفضة).

٣- إعطاء المضادات الحيوية، لمنع الالتهابات الجرثومية.

حصيات الكلى Kidny stones

(صورة ١٥)

تشكل حصيات الكلى مشكلة كبيرة في العالم اليوم، ففي أمريكا نجد أن من كل ١٠٠٠ شخص يعاني شخص واحد من حصيات الكلى، ويدخل بسببها إلى المستشفى، وقد تزداد هذه النسبة في بعض البلاد أكثر من غيرها؛ لعدة أسباب.

أسباب الحصيات:

١- أية عوامل تؤدي إلى إشباع البول بالمواد القابلة للتشكيل إلى حصيات؛ مثل: زيادة إفراز الأملاح وقلة كمية البول.

٢- وجود (نوى) – جمع نواة – في المسالك البولية، تتشكل حولها الحصيات؛ مثل: بلورات حامض البوليك.

أنواع الحصيات:

١- حصيات الكالسيوم، وبخاصة أكسالات الكالسيوم، ونسبتها ٨٠% من الحصيات.

٢- حصيات حمض البوليك، وتشكل ٥%.

٣- حصيات السيستين، وتشكل ٢%.

٤- حصيات مشكلة من المغنيسيوم وفوسفات الأمونيوم، وغيرها بنسبة ١٣%.

وقد يكون حجم الحصاة صغيراً جداً (ميكروسكوبياً)، وقد يصل حجمها إلى ملء فراغ حوض الكلية تماماً؛ مثل: الحصاة المرجانية[١].

أعراض الحصاة:

١- كثير منها ساكن؛ بحيث لا يشكو المريض من أي عرَض.

---

(١) وقد ورد في جريدة الهدف الكويتية العدد ١٣٧٢ أن رجلاً مصرياً كان يحمل في مثانته حصاة بلغ وزنها كيلو غراما وربع الكيلوغرام، وتم إخراجها بعملية.

٢- المغص الكلوي الحاد؛ الذي يجعل المريض يحاول تغيير وضعه، محاولة لتخفيف الألم، فينقلب على الفراش مراراً، وقد يصاحب ذلك قيء وخروج دم في البول.
٣- آلام خفيفة أو متوسطة متكررة في الجانب دون وجود علامات التهاب الكلى.

نصائح عامة لتجنب حصيات الكلى:

١- تناول المياه الخالية من الأملاح بكثرة، وبخاصة في فصل الصيف.
٢- إذا كان المريض يفرز أملاح اليوريت؛ فعليه تخفيض استهلاكه من المواد البروتينية؛ مثل: الدجاج، واللحوم ومشتقاتها، كذلك الفول، والعدس، مع محاولة إبقاء البول قلوياً (حيث إن القلوية تذيب أملاح اليوريت)، وذلك بتناول بيكربونات الصودا، أو سترات الصودا والبوتاس.
٣- إذا كان المريض يفرز كثيراً من أملاح الأكسالات، فعليه تجنب المأكولات والمشروبات التي تحوي كثيراً من الأكسالات؛ مثل: الشاي، الكاكاو، السبانخ، الطماطم، المانجا، البامية، البقدونس، الكرفس، الباذنجان، الفراولة، الليمون.

العلاج الشعبي:

إن علاج الحصيات يعتمد على نوعها، فحصيات الكالسيوم تصعب إذابتها بالمواد الكيماوية أو العشبية؛ ويجب إخراجها بعملية جراحية؛ أو تفتيتها بالموجات الصوتية، بينما يمكن إذابة حصيات حامض البوليك، وذلك بتغير حامضية البول، ومن هذا الباب – في رأيي – يأتي نجاح الأدوية الشعبية، أما نزول الحصيات من الأنواع الأخرى، فيمكن أن يتحقق نتيجة توسيع المسالك البولية، وإرخاء عضلاتها، مما يتيح نزول الحصاة الصغيرة.

وأما الحصيات الكبيرة فلا تنجح معها إلا العملية الجراحية، أو التفتيت بالموجات فوق الصوتية.

أما العلاجات الشعبية التي تساعد في ذلك فهي:

١- الفجل: يؤخذ من عصيره نحو ٤٠ غم على الريق يومياً (ملعقة طعام).

٢- يمزج الثوم مع زيت الزيتون والبقدونس وعصير الليمون، ويؤخذ على الريق.
٣- نصف كيلو عسل طبيعي + كوبان من الحبة السوداء الناعمة، يمزجان مع بعضهما حتى يصبح الخليط متجانساً، ثم يحفظ في الثلاجة، ثم تمزج ملعقة كبيرة ونصف الملعقة في كوب من الماء الفاتر، ويشرب المحلول يومياً قبل الإفطار حتى نزول الحصيات.

ملاحظة: هذه الطرائق لم أجرب شيئاً منها على مرضاي؛ لأن المرضى حين يأتون إلى عيادتي يكونون في حالة يريدون معها التخلص السريع من الآلام، فهم ليسوا في حالة نفسية تسمح لهم بتجربة النصائح والطرائق الشعبية، وإنما أذكر هذه الأدوية الشعبية لكي يستفيد منها من لا تتوافر له الظروف العلاجية الصحيحة.

٤- رجل الحمامة: تؤخذ وتغلى، ثم يشرب منقوعها يومياً؛ فتنزل الحصيات الصغيرة، حيث تحتوي على مادة Verbenalin المدرة للبول.
٥- الهليون:
- مغلي الجذور لتفتيت الحصيات (٥٠ غراما لكل لتر ماء – تشرب خلال الساعات الأولى من النهار على الريق).
- مغلي السيقان الخضراء الطرية لإدرار البول. والهليون يحتوي على مادة الـ Asparagin التي تقوم بإدرار البول.
٦- الخلة البلدي: يعطى المصاب مغلي ثمارها، حيث تحتوي على مادة الخلّين (Khellin) المدرة للبول، والموسعة للحالب.
٧- توت العلّيق: يدّر البول ويزيد من إفراز اليوريا (البولينا) وحامض اليوريك: ملعقة من الأوراق الجافة تضاف إلى كأس ماء ساخن ثم تترك لمدة ربع ساعة، وتؤخذ ثلاث مرات يومياً.

العلاجات الحديثة:

١- تفتيت الحصى بجهاز الموجات فوق الصوتية؛ حيث يمكن بعدها نزول قطع الحصاة الصغيرة بسهولة مع البول.
٢- العمليات الجراحية: وخاصة للحصيات التي تكون محصورة في باب الحالب؛ وحجمها كبير، ويصاحبها التهاب في المنطقة، ويفضل إجراء

العملية في حالة وجود سبب عضوي يساعد على تكوين الحصيات، فيقوم الجراح بعد إزالة الحصاة بإصلاح السبب الموجود إن أمكن.

٣- عمليات جراحية بواسطة المنظار؛ حيث تسحب الحصاة بواسطة مناظير خاصة دون إجراء جراحة.

٤- إعطاء بعض الحبوب المرخية لعضلات الحالب، مع شرب الماء بكثرة على الريق، وبعد نصف ساعة يلعب المصاب لعبة (نط الحبل) مرات عديدة، فيساعد ذلك على نزول الحصاة الصغيرة تدريجياً إلى المثانة، ثم خروجها مع البول.

كما إنه تتوافر إبر الخلّين من نبات الخلّة البلدي؛ حيث تعطى في الوريد، فتساعد في زوال المغص الكلوي، وربما تؤدي إلى نزول الحصاة.

التهاب الحلق واللوزتين

(صورة ١٦)

إن من أكثر الأمراض شيوعاً هذه الأيام: نزلات البرد مع ما يصاحبها أحياناً من التهاب الحلق واللوزتين، وبخاصة عند الأطفال، حيث يبدأ الطفل يشكو من الصداع، وبلمس جلده تلاحظ الحرارة المرتفعة، ثم بعد ذلك تبدأ الأعراض الأخرى؛ مثل: أوجاع البطن، والقيء، أو الإسهال، ثم السعال، مما يحرم الوالدين من النوم، فيسارعان إلى الطبيب يطلبان العلاج السريع.

ولابد من التنويه إلى أن هناك بعض الأمور البسيطة التي لا ينتبه لها الوالدان، ويتركان الحبل فيها على غاربه للأطفال، والتي لها أهمية كبيرة في حدوث التهاب اللوزتين؛ ومن ذلك:

١- شرب السوائل الباردة جداً.

٢- التعرض للتيارات الهوائية ذات درجة الحرارة المتفاوتة؛ مثل القدوم من جو بارد، والدخول فجأة إلى جو حار أو العكس.

٣- الخروج إلى الهواء البارد بعد الانتهاء من الاستحمام دون تغطية الرأس المبتل والأنف.

٤- التعرض لسعال المرضى وعطاسهم مباشرة، وعدم الابتعاد عنهم.

٥- تغيير ملابس الأطفال (الصوفية) في جو بارد، مما يعرضهم لنزلات البرد، (حيث إن الصوف يحافظ على حرارة دافئة لجسم، مصحوبة بتعرق خفيف، فحين تزال الملابس في جو بارد يبرد الطفل فجأة، مما يضعف المناعة لديه وتحصل نزلة البرد).

ومن الثابت طبياً أن معظم التهابات الحلق تكون نتيجة للفيروسات، وهذه ليس لها علاج من المضادات الحيوية، وما على المريض سوى استعمال غرغات موضعية، وخافض للحرارة، مع اللجوء إلى الراحة، أما ما يقوم به بعض الناس من استعمال المضادات الحيوية لدى شعورهم بأول بوادر ألم الحلق والسخونة؛ فإن ذلك سيؤدي إلى ظهور جراثيم لديها المناعة ضد هذه المضادات المستعملة؛ بحيث يصعب علاجها لاحقاً.

العلاجات الشعبية:

١- كوب من الماء الساخن، توضع فيه ملعقة عسل كبيرة، مع بضع نقاط من الليمون، يغرغر بها ثم تبلع.

٢- مزج ملعقة صغيرة من طحينة السمسم مع مثلها من عصير الليمون، وتضاف إلى كأس ماء ساخن متوسط الحجم، ثم يغرغر بها ثلاث مرات يومياً، فتعطي نتائج حسنة، وبخاصة إذا استعملت لدى ظهور بوادر المرض.

٣- أكل البصل الأخضر مع الطعام.

٤- يغلى النعناع والثوم، ويغرغر بها ثلاث مرات باليوم.

٥- يشرب منقوع العرقسوس؛ حيث يلطف الأغشية المخاطية، ويخفف من احتقان الحلق.

٦- شرب منقوع أوراق الصفصاف يؤدي إلى تخفيف الحرارة، ويعود ذلك إلى وجود مادة الساليسين (Salicin) وهي المادة التي يصنع منها الأسبرين.

٧- وهناك أعشاب أخرى تساعد في خفض الحرارة وتحسين حالة المريض الصحية وإنعاشه نفسياً مثل: عشبة الأخيليا وعشبة نعناع القط وشاي الجبل أو الزوفا، والنعناع البلدي وكلها تؤخذ ساخنة بعد نقعها بالماء لبضع دقائق، وتكرر عدة مرات في اليوم.

٨- تناول عشبة الردبكية (الاخنيسيا) بشكل دوري تمنع حدوث نزلات البرد بفضل الله.

العلاجات الحديثة:

إن استعمال المضادات الحيوية عند حدوث التهاب بكتيري في الحلق واللوزتين؛ يؤدي إلى تحسن سريع بفضل الله، ويخفف معاناة المريض بشكل واضح، ومن المهم استعمال المضاد الحيوي المناسب لمدة كافية لا تقل عن خمسة أيام أو سبعة.

ومن المعلوم أن تأثير المضاد الحيوي لا يظهر جيداً إلا خلال ٤٨ ساعة، فإن لم تحصل استجابة لدى المريض خلالها فمن الأفضل استبدال الدواء بغيره، ومن المؤسف أن كثيراً من الناس يرغبون في الشفاء بعد أول جرعة

من الدواء، فهم مصابون بالهلع، متناسون سنة الله في خلقه، غافلون عن أجر المريض وثوابه في حال صبره، وربما يرجع ذلك إلى ضعف الوعي الصحي والديني عندهم مع قلة التحمل.

أما تخفيض حرارة المريض، فتتم بطريقتين:

١- استخدام خافضات الحرارة، مثل الأسبرين، والباراستيامول (البنادول)، والتي تخفف الآلام المصاحبة لالتهاب الحلق أيضاً.

٢- تبلبل المريض بالماء العادي عدة مرات، وترك الماء يتبخر تلقائياً، وبخاصة إذا ارتفعت درجة حرارته أكثر من ٣٩م.

ويمكن خلط الماء بخلّ التفاح بنسب متساوية ومسح جلد المريض فإن ذلك يساعد في زيادة التعرّق.

أما إذا أصيب المريض بالقشعريرة، فيجب تدفئته حتى تزول القشعريرة عنه، ثم نعود إلى الماء مرة أخرى.

فائدة: إن استخدام قطرة مادة العكبر (البروبوليس) من حين لآخر، وبخاصة لدى ظهور بوادر التهاب الحلق، أو نزلة البرد له دور فعَّال في إيقاف المرض من بدايته.

الديدان والطفيليات

(صورة ١٧)

تنتشر الديدان والطفيليات البطنية انتشاراً واسعاً في مجتمعاتنا العربية والإسلامية، ويعود ذلك إلى قلة الوعي الصحي، وتفشي الجهل، وقلة النظافة الشخصية والبيئية، وعدم اتباع العادات الصحية في كثير من نواحي الحياة، فمعظم العدوى، بهذه الطفيليات تكون عن طريق الفم، بواسطة المياه والأغذية الملوثة التي لم يتم غسلها، أو تركت مكشوفة يتساقط عليها الذباب، أو عدم طبخ اللحوم جيداً بالنسبة إلى الديدان الشريطية.

إن محاولة علاج الديدان والطفيليات في البطن دون أخذ الحيطة في منع تكرار العدوى يذهب جميعه هدراً، فكم أعطينا علاجات للصغار والكبار، وهي من أفضل العلاجات وأحدثها، حيث يتحسن المريض بعدها لبضعة أشهر، ثم يعود لما كان عليه، هذا مع أن دين الإسلام هو دين النظافة، والأحاديث الواردة عن الوقاية الصحية تشمل جميع نواحي الحياة.

وقد أعلنت منظمة الصحة العالمية أنه على الرغم من العلاجات الفعالة ضد الديدان المعوية إلا أن الإصابات لا تزال عالية، والأعداد المتوقعة هي كالتالي[١]:

---

(١) NATIONAL INSTITUTE OF CHOLERA AND ENTERIC DISEASES (NICED) ANNUAL REPORT 2002- 2003

نوع الدودة	عدد المصابين	عدد الموتى سنوياً
-الاسكارس	١٤٠٠ مليون	٢٠.٠٠٠
-الدودة السرمية	١٣٠٠ مليون	-
-المتحولة الحالة للنسج (الأميبا)	٦٠٠ مليون	١٠٠.٠٠٠
-الجاردية	٣٠٠ مليون	-
-الديدان الشريطية	٥٠ مليون	٥٠.٠٠٠

وأنواع الديدان كثيرة (انظر الجدول)، أما أكثرها انتشاراً فهو: الديدان المدورة، وهي أنواع عديدة، وتشترك جميعها في أعراض وجع البطن، وفقر الدم، وقد تؤخر نمو الأطفال، وتتميز الأسكارس بمشاكل رئوية، وأحياناً تخرج مع قيء المريض. أما الدودة السُرميّة الدودية (E. Vermecularis) فتتميز بإثارة حكة شديدة في دبر الطفل في ساعات الصباح الأولى، وتشمل العدوى في كثير من الأحيان جميع أفراد الأسرة الواحدة؛ وإن لم يشتك بعضهم منها.

إن تبرز هؤلاء المصابين في العراء، وانتشار البيوض في كل مكان، وتجمع الذباب عليه؛ يتيح الفرصة المناسبة لهذه الديدان للانتشار وإصابة عدد كبير من أفراد المجتمع، وإن أفضل وسيلة لمكافحة ذلك هو اتباع السلوك السليم.

وأما الديدان الشريطية فقد يصل طول بعضها إلى أكثر من ثلاثة أمتار داخل البطن، ويصاب الإنسان بها عن طريق التهام يرقاتها المتحوصلة في لحم البقر غير الناضج بالطبخ.

جدول يبين أشهر أنواع الديدان والطفيليات التي تصيب الإنسان

نوع الطفيلي	مصدر العدوى	طريق الدخول للجسم	أشهر الأعراض	التشخيص	ملاحظات
الأسكاريس الدودة الشصية الدودة الأسطوانية الدودة السرمية	تلوث الأيدي والتربة والخضار	الفم والجلد	آلام في البطن، ضعف في الدم تأخّر النمو عند الأطفال الحكة الشرجية في حالة الدودة السرمية الدودية	اكتشاف الدورة أو بيضها أو يرقاتها في البراز	بعض الديدان يمكن أن تؤدي إلى انسداد الزائدة الدودية وبعضها ينتشر في جميع أفراد الأسرة وبعضها الآخر لا يعطي أية أعراض البتة.
الديدان الشريطية: - الدودة القزمية - الدودة الشريطية - البقرية العزلاء - الدودة الوحيدة الخنزيرية	البيئة الملوثة واللحم غير المطبوخ	الفم	تكون العدوى دون أعراض في معظم الأحيان، وقد تظهر القطع البيض في البراز مع آلام في البطن.	خروج البيض والقطع الدودية البيض في البراز	ضرورة طبخ اللحم المشكوك به جيداً قبل الأكل.
الطفيليات: - المتحولة الحالّة - الجياردية	المياه والخضار الملوثة وبراز الحيوانات الأليفة	الفم	آلام في البطن، إسهال، ضعف في الشهية، مخاط في البراز	اكتشاف طفيلي في الحوصلة أو في البراز	يمكن ألا تظهر أية أعراض الجياردية منتشرة انتشاراً واسعاً بين الأطفال

وحين تحصل العدوى لا تعطي هذه الديدان علامات واضحة سوى هزال المصاب؛ رغم تناوله للطعام الكثير، وقد يشكو من أوجاع في البطن غير محددة، مع صرير في الأسنان في أثناء الليل.

ويمكن تشخيص هذه الإصابات بفحص البراز، حيث تظهر القطع الناضجة المنفصلة من جسم الدودة واضحة للعيان كالقطع اللحمية البيض.

أما الطفيليات الحالّة للنسيج (الأمبيا): Entameba histolytica **والجياردية اللامبلية:** Giardia Lamblia

وهذان النوعان منتشران كثيراً بين الأطفال خاصة، والكبار عامة، وتتميز الإصابة بهما بآلام بطن خفيفة بعد تناول الطعام، مع ضعف في الشهية، وخروج مخاط في البراز أحياناً، أما في حالة اشتداد المرض؛ فإن أعراض الدزنتاريا تصبح واضحة بالصورة التالية:

١- الإسهال المصحوب بالمخاط، وقد يخرج الدم معه أحياناً.
٢- آلام البطن الشديدة.
٣- الرغبة في التبرز مع عدم خروج شيء (التعنية، العصرة، الزحير).

نصائح عامة لتجنب الإصابة بهذه الأمراض:

١- غسل اليدين قبل الطعام وبعده (وهو من السُّنَّة).
٢- غسل اليدين بالصابون بعد الخروج من الغائط.
٣- عدم التبرز في العراء.
٤- غسل الخضار والفواكه الطازجة جيداً قبل أكلها.
٥- طبخ اللحوم جيداً، وعدم شرائها من الأماكن التي يشتبه بصلاحيتها للذبح.
٦- اتباع العادات الصحية السليمة، والنظافة في البدن والبيت والبيئة.

العلاجات الشعبية للديدان:

١- ينقع الحمص في الخل، ويؤكل على الجوع، ولا يؤكل شيء بعده طوال اليوم، مما يؤدي إلى التخلص من الديدان.
٢- تنقع بعض شرائح البصل الغض في قليل من الماء طيلة الليل، ويصفى في الصباح، ويعطى للطفل بعد تحليته بالعسل، ويستمر على ذلك يومياً، إلى أن يتم طرد الديدان من الأمعاء.
٣- إضافة ثلاثة فصوص من الثوم المدقوق إلى الحليب المغلي، وشربها قبل النوم، ثم تؤخذ شربة في الصباح؛ فيؤدي إلى التخلص من الديدان بإذن الله، ويمكن تكرارها إذا لزم الأمر.
٤- قتل الديدان الشعرية: يعطى الطفل فنجاناً من حليب غُلي فيه بضعة فصوص من الثوم، ثم يلي ذلك حقنة شرجية دافئة بمغلي الثوم مع الحليب، ثم تتم تصفيته من قطع الثوم وحقنه ببطء ساخناً عند درجة

٣٥م في الشرج، فإن ذلك يؤدي إلى موت الديدان الشعرية، وخروجها مع البراز.

٥- علاج الأسكارس: ملعقة من الشيح في فنجان ماء ساخن يترك لمدة ربع ساعة، ثم يؤخذ يومياً على الريق لمدة أسبوع.

ملاحظة:

هذه الأدوية تقتل الديدان، ولكنها لا تقتل بيض الديدان؛ لذا ينصح بتكرار العلاج بعد ١٥ يوماً، لقتل الديدان التي فقست خلال هذه الفترة.

العلاجات الشعبية للطفيليات:

١- يؤخذ فص ثوم يومياً بعد كل وجبة، لمدة أسبوع، فيقضي على الأميبا (المتحولة الحالة للنسيج) بإذن الله.

٢- ملعقة من الحبة السوداء الناعمة، مع ملعقة ثوم مهروس، ويمزجان في عصير الطماطم المملح قليلاً، ويشرب ذلك يومياً على الريق لمدة أسبوعين متتابعين.

العلاجات الحديثة:

تتوافر في الصيدليات علاجات حديثة فعالة ضد الديدان إذا تم تناولها حسب إرشادات الطبيب، ومن الأهمية إعادة استعمال العلاج بعد ١٥ يوماً لقتل الديدان التي فقست كما ذكرنا، والعلاجات هي:

١- علاج ميدازول، يؤخذ مرتين يومياً لمدة ثلاثة أيام؛ حيث يقضي على معظم الديدان المدورة.

٢- علاج نيكلوساميد – ٤ حبات مرة واحدة لعلاج الدودة الشريطية العزلاء – ويتم فحص البراز بعد ثلاثة أشهر وستة أشهر؛ للتأكد من زوال الدودة.

العلاجات الحديثة للطفيليات:

تتوافر عدة علاجات جيدة في الصيدليات،و منها:

١-علاج ميترونيدازول، يؤخذ لمدة ٧-١٠ أيام.

٢-علاج تينيدازول، يؤخذ (٤) حبات مرة واحدة للجيارديا، و (٤) حبات أول يوم، ثم حبتين لمدة يومين بالنسبة إلى (المتحولة الحالّة للنسيج).

٣-علاج دايلوكسانيد، يستعمل للطفيليات المتحوصلة لمدة عشرة أيام.

٤-علاج التتراسيكلين، وغيرها.

هذا وقد تتولد طفيليات عنيدة في أمعاء الإنسان من نوع الجيارديا أو الأمبيا، ولا تنفع معها جميع الأدوية الحديثة كما نرى في عيادتنا، وفي هذه الحالة ينبغي اللجوء إلى تركيبة من الأعشاب لها خصائص فعالة جداً في القضاء على الطفيليات، نهائياً وتكون تحت إشراف مختص في طب الأعشاب.

الربو

(صورة ١٨)

مرض يصيب الكبار والصغار، ويتميز بضيق في التنفس مع سعال، وزيادة الإفرازات المخاطية في الشعب الهوائية، وهو أساساً يعتبر عملية التهابية Inflammatory بسبب تعرض الجهاز التنفسي لمواد مهيجة للحساسية، مثل غبار الطلع، والعطور، والغبار المنزلي، والفيروسات وغيرها، كذلك يمكن أن يثير ظهور أعراض الربو لعب الرياضة عند صغار السن في الجو البارد والدخان.

وتبلغ نسبة المصابين بمرض الربو بين الناس (٥-١٠%)، وهي في زيادة مستمرة؛ بسبب الازدياد الهائل في المواد الصناعية التي دخلت معظم البيوت، بالإضافة إلى التلوث الجوي، وغيرها من الأسباب.

درجات المرض:

تختلف حدة الربو من مريض لآخر، ومن وقت لآخر عند المريض نفسه؛ بحسب المثيرات والمهيجات المسببة لذلك، وحالة المريض الصحية والنفسية، وقد يكون المرض من الحدة، بحيث يؤدي إلى فشل التنفس إذا لم يتم علاجه بسرعة وفاعلية.

ومن فضل الله أن نحو ثلثي الأطفال المصابين بالربو يتعافون من هذا المرض تلقائياً عند بلوغهم سن الشباب.

نصائح عامة لمرضى الربو:

١- الابتعاد عن مهيجات الربو ومثيراته؛ مثل: الدخان، الغبار، العطور والبخاخات المختلفة، وشم الأزهار، وأية مواد أخرى مماثلة.

٢- الابتعاد قدر المستطاع عن كل ما من شأنه توليد نزلات برد؛ مثل: شرب المياه والعصيرات الباردة جداً، والتعرض لاختلاف درجات الحرارة، ولا سيما بعد الخروج من الحمام.

٣- معالجة أية أمراض أخرى في الجسم قد تساعد في ظهور موجات الربو؛ مثل: الالتهابات المزمنة في الجيوب الأنفية، أو الزوائد اللحمية، والحساسية في الأنف.

٤- إن كان لعب الرياضة يهيج الربو، فينبغي استعمال العلاجات المانعة لموجة الربو قبل لعب الرياضة ببضعة أيام، مثل بخاخ الكرمولين، أو شرب الزاديتين.

٥- تقليل الملح في الطعام، فقد قام باحثون في بريطانيا بدراسة أثر كثرة تناول الملح على (٢٢) مريضاً من مرضى الربو من الذكور، فتبين أن كثرة تناول الملح تزيد حدة الربو[١].

العلاجات الشعبية للربو:

لقد وجدت من خلال خبرتي أن العلاجات الشعبية لها أثر طيب، وفعال في الحالات الخفيفة من المرض، وأثر متوسط في الحالات المتوسطة، أما الحالات الشديدة فلابد من التنويم في المستشفى إلى أن يتحسن المصاب.

أما النباتات التي تستخدم في هذه العلاجات فهي:

- العسل – الحبة السوداء – الثوم – الحلبة – الملفوف – ورق الجوافة.

وإليكم بعضاً من هذه الوصفات:

١- يغلى ٦٠ غراماً من الملفوف، في ٢٠٠ غرام من الماء لمدة ساعة، ثم يضاف لها ٧٠ غراماً من العسل، ويشرب المزيج عدة مرات يومياً.

٢- يوضع فصان من الثوم من كوب من الحليب الساخن لمدة عشر دقائق، ثم يشرب الحليب ساخناً مرتين يومياً.

٣- يشرب مغلي الحلبة المحلى بالعسل ثلاث مرات يومياً (مجرب)[٢].

---

(١) Med. Digest sep. 1990 p. 44

(٢) (ر. م. ع) مريض يبلغ من العمر ٥٠ عاماً يعاني من مرض الربو منذ عشرين عاماً، استعمل جميع أدوية الربو ومنها الكورتيزون ولكن كانت حالته تزداد سوءاً، ومن الغريب أن «الضحك» كان يثير موجة الربو عنده بالإضافة إلى المثيرات الأخرى، ولذا فقد منع أفراد أسرته من الأحاديث المضحكة والنكات في حال وجوده معهم!! وقد قمت بوصف مغلي بذور الحلبة المحلاة بالعسل مع قليل من الحبة السوداء المطحونة مرتين يومياً فكانت النتيجة كالتالي:

- بعد شهر واحد من الاستعمال استغنى عن إبر الكورتيزون تماماً، (مع العلم بأنه كان يأخذها كل أسبوع تقريباً) وأفاد بأن نسبة التحسن ٤٠%، واستمر على حبوب الفنتولين ثلاث مرات يومياً.

- بعد (٥) أشهر من الاستعمال قال إنه تحسن بنسبة ٧٠% وإنه يستعمل حبوب الفنتولين حبة أو حبتين فقط يومياً، دون استعمال الكورتيزون.

٤- تبشر نصف بصلة، وتوضع في فنجان نصفه عسل، وتترك لمدة ثلاث ساعات إلى أن يمتص العسل ماء البصل، وتؤخذ منه بعد إزالة البصل ثلاث ملاعق يومياً.

٥- مغلي البابونج، مع نصف ملعقة صغيرة من الحبة السوداء المطحونة حديثاً، ويؤخذ منه ثلاث يومياً.

٦- شرب فنجانين من القهوة يومياً يخفف من نسبة الإصابة بنوبات الربو بنسبة ٢٠%[١].

٧- كما أن تقوية مناعة الجسم لها دور كبير في تخفيف حدة مرض الربو إلى حدٍّ بعيد.

العلاجات الحديثة للربو:

توجد أنواع كثيرة جداً من أدوية الربو في الصيدليات، وتأخذ أشكالاً وطرائق مختلفة الاستعمال، فهناك الإبر، والحبوب، والبخاخات، والأشربة، والتحاميل، وأجهزة خاصة لمزج بعض منها مع الأكسجين.

وإن كثرةتنوع هذه الأدوية ما هو إلا انعكاس لعدم وجود العلاج الناجح الفعال ضد هذا المرض؛ بحيث يوقفه تماماً، وتختلف أساليب المعالجة من طبيب لآخر، ولكن المتفق عليه بشكل عام هو الآتي:

١- بالنسبة إلى الأطفال يفضل استعمال الأجهزة التي تمزج الأكسجين بأحد العلاجات الموسعة للشعب الهوائية، مثل مادة Salbutamol، أو Terbutaline.

٢- بالنسبة إلى الكبار يفضل استعمال بخاخ Salbutamol، أو Terbutaline ٤ مرات يومياً مع أقراص Aminophyllin، ويمكن استخدام بخاخ مشتقات الكورتيزون أيضاً.

٣- في الحالات الشديدة لابد من استعمال الأكسجين ،مع إبر Aminophyllin الوريدية، وإبر الأفيدرين تحت الجلد، مع إبر مشتقات الكورتيزون؛ حتى يتم إجهاض الموجة الحادة للربو.

---

(١) تمت هذه الدراسة في إيطاليا عام ١٩٨٣م على ٧٢٢٨٤ شخصاً، وخلصوا منها أن نوبات الربو تنخفض بنسبة ٢٠% عند من يتناولون فنجانين من القهوة يومياً.

٤- **يمكن استعمال بعض العلاجات في الفترات التي تغيب فيها موجة الربو بحيث تمنع عودتها مرة أخرى، أو تخفف من شدتها، ويجب أن تستعمل هذه الأدوية لفترات طويلة حتى يكون لها الأثر الملموس، وهي مثل: حبوب وشراب الزاديتين** Zaditen**، وبخاخ الكرومولين (**Intal**).**

فائدة:

لقد قمنا باستخدام مجموعة من الخلطات العشبية بأشكال مختلفة منها ما هو مخلوط بالعسل (إميونيل)، ومنها ما هو مستخلص في زيت السمسم (ربونيل)، وبعض الأعشاب المساعدة الأخرى، فكانت النتائج مفيدة وواضحة ومريحة للمئات من مرضى الربو.

الأمراض الروماتيزمية

(صورة ١٩)

كلمة (روماتيزم) أطلقها عامة الناس على آلام المفاصل المزمنة؛ مهما كان سببها، وهذا أمر غير صحيح، فأوجاع المفاصل لها أسباب كثيرة أحدها: هو مرض الروماتزم (Rhuematoid Arthritis**)، أما إذا اعتبرنا كلمة الروماتزم مرادفة لكلمة الأمراض الروماتزمية (**Rhueumatic Diseases**) فيمكن استساغة ذلك.**

ولو استعرضنا بصورة سريعة الأمراض التي يمكن أن تسبب آلاماً مؤقتة، أو مزمنة في المفاصل؛ لوجدنا قائمة طويلة، منها على سبيل المثال هذه القائمة (من الأكثر فالأقل):

١-**الفصال العظمي:** Osteoarthritis

٢-**التهاب الجراب والأربطة:** Bursitis and tendonitis

٣-**أمراض النسيج الليفي أو الضام** Connective tissue diseases**؛ مثل الروماتزم المفصلي** Rheumatoid arthrtitis**، داء الحمرة الذئبي** S.L.E**، تصلب الجلد** Dermatomyositis**... الخ.**

٤-**داء النقرس** Gout

٥-**التهابات المفاصل الجرثومية.**

٦-**التهابات المفاصل الناتجة عن الرياضة، وإصابات العمل والحوادث.**

لقد حصل تطور سريع في معرفة أمراض الروماتزم وتشخيصها؛ في الخمسين سنة الماضية، فكتب الطب قبل خمسين عاماً لم تكن تحتوي إلا على صنفين أو ثلاثة من أمراض الروماتزم، بينما نجد الآن أكثر من مئة نوع منها، وهذا يعود لأمرين:

١- **ظهور الفواحش التي أعلنها الناس جهاراً؛ مما أوجب عليهم ظهور الأمراض التي لم تكن في سابقيهم.**

٢- **انفتاح الدنيا على الناس، والتقدم الصناعي الواسع، مع ما صاحب ذلك من تلوث بيئي، ودخول الكيماويات إلى كل بيت، ولم يكن لدى الناس في السابق إلا الأدوية البسيطة، والأعشاب، وبعض طرائق**

الشعوب المتوارثة، مثل: الوخز بالإبر عند الصينيين، والنزول في الحمامات والينابيع الساخنة، والمياه المعدنية، ولا تزال لهذه المعالجات فوائد واضحة حتى الآن.

وتطلع علينا المجلات والنشرات الطبية بأحدث الاكتشافات التي توصل لها الباحثون تباعاً، محاولين تفسير ما استعجم تفسيره من أسباب الأمراض المستعصية، وآخر ما توصلت إليه هذه الاكتشافات بشأن مرض الروماتزم هو أنه أحد أمراض المناعة الذاتية Autoimmune disease، وتعني أن هناك تفاعلاً مناعياً ضد بعض خلايا الجسم ذاته وأنسجته، أما كيف ولماذا؟ فلا أحد يدري، وهذه المعرفة فتحت باباً للاجتهاد في العلاجات التي لها دور في تثبيط هذه التفاعلات الذاتية، وبالتالي تخفيض حدة المرض، وحيث إن المشكلة لم تنته عند هذا الحد، فإن الأدوية الحديثة والأدوية الشعبية تتداخل تداخلاً بيّناً في علاج أمراض الروماتزم، وما كان ذاك إلا لتعسر وجود الدواء الشافي الناجح.

نصائح عامة:

١- عدم الإكثار من الأطعمة، والتزام الهدي النبوي في نظام الثلث (فثلث لطعامه).
٢- مزاولة الرياضة في أي سن من سني حياة الإنسان؛ فإن ذلك يؤدي إلى تقوية المفاصل والعظام، وطرح السموم المختلفة، مما يقلل من حدوث الأمراض بإذن الله.
٣- استعمال العسل في المأكولات بدلاً من السكر حسب المستطاع، فإن له أثراً جيداً في مكافحة الروماتزم.
٤- شرب ماء زمزم والدعاء معه.

العلاجات الشعبية:

كثير من الأدوية الشعبية تتعامل مع الروماتزم تعاملاً موضعياً فقط، وليس تعاملاً شاملاً، لذا فإن استعمالها يكون ذا أثر مؤقت ومحدد، ويستثنى من ذلك العسل.

١- يؤخذ العسل الجبلي يومياً بمقدار ١٠٠- ٢٠٠غم في الماء الدافئ لمدة ثلاث أشهر، وذلك موزعاً بالمقادير التالية[١]:
٣٠- ٦٠ غم صباحاً
٤٠- ٨٠ غم ظهراً
٣٠- ٦٠ غم مساءً
٢- يدهن مكان الألم بالعسل، وتوضع فوقه قطعة صوف لمدة ساعتين، وتجدد عند الحاجة، وتؤخذ ملعقتان كبيرتان من العسل على الريق كل صباح.
٣- تدلك المفاصل بزيت الخردل عند الحاجة.
٤- يدق رأس ثوم بعد تقشيره، ثم يعجن في عسل مع ملعقة حلبة ناعمة حتى يصبح كالدهان بعد خلطه جيداً ثم يوضع على مكان الألم من المساء حتى الصباح.
٥- تُغلى عدة رؤوس من البصل دون تقشيرها لمدة عشر دقائق ثم يؤخذ كوب في الصباح وآخر في المساء لفترة طويلة.
٦- تناول كوبين من العرقسوس يومياً، وذلك بنقع ملعقة صغيرة من جذور العرقسوس في كوب ماء ساخن، ويترك ليتخمّر لمدة خمس دقائق.
٧- كما ذكرنا سابقا ان العلاج الحقيقي للأمراض الروماتزمية يجب ان يكون داخليا عن طريق الفم كي نوقف التفاعلات المناعية المسئولة عن ظهور أعراض المرض، وهناك تركيبة من الأعشاب أثبتت فاعلية واضحة في علاج مرض الروماتويد تدعى (روماتونيل)[٢].

---

(١) استخدمت هذه الطريقة مع إضافة مغلي عروق شجر البلسان (مرة واحدة في اليوم) من قبل سيدة تبلغ من العمر ٤٦ عاماً، تعاني من مرض الفصال العظمي (O.A) منذ ٦ سنوات، وكانت قد استخدمت معظم الأدوية المضادة للروماتزم والأوجاع حتى أصيبت بجروح في المعدة، فوصف لها الأطباء تحاميل البراسيتامول فقط، وكانت تعاني من الآلام، ولا تستطيع القيام لصلاة الفجر، وبعد استخدام هذه الطريقة لمدة ٤ أشهر متتالية شعرت هذه المرأة بتحسن كبير بنسبة ٩٠% حتى أن جروح المعدة شفيت بفضل الله.

(٢) مركز الأترج لمنتجات النحل والأعشاب، عمان، الأردن ٤١٦١٨٢١ .

العلاج بسم النحل

(صورة ٢٠)

تشير الدراسات الحديثة – وأكثرها من الاتحاد السوفيتي – إلى أن سم النحل له فاعلية كبيرة في علاج أمراض الروماتزم.

وقد قامت شركة (MSD) الطبية بتحضير هذا السم على شكل بودرة في أمبولات، تحوي الواحدة منها على سم عشر نحلات، حيث تحقن تحت الجلد بإشراف الطبيب.

أما العلاج بسم النحل على الطبيعة (أي لسع النحلة مباشرة)، فإن فاعليته تكون أفضل وأبعد أثراً، وقد تمّ وضع طريقة خاصة للعلاج به، تتطلب تعاوناً وصبراً من المريض، لكي يتم حصول النتائج المرجوة بإذن الله.

الطريقة:

تحضر نحلة واحدة، إما بالملقط أو عن طريق وضعها في إناء صغير فارغ ذي غطاء، ثم تقرب فتحة الإناء من كتف المريض المكشوف، ويزال الغطاء بسرعة، وتلصق الفتحة بجلد المريض، فتقوم النحلة بلدغه، ثم تموت، تترك الزبانة دقيقتين، ثم تنزع بواسطة الملقط، إن علامة نجاح هذه المعالجة تكون بعدم حدوث حساسية أو ألم شديد لدى المريض، أما إذا حصلت الحساسية والألم الشديد فلا داعي للاستمرار به.

أما تتمة العلاج فتكون بالطريقة التالية:

- **في اليوم الأول يسمح لنحلة واحدة بلسع الكتف الأيمن.**
- **في اليوم الثاني يسمح لنحلتين بلسع الكتف الأيسر.**
- **في اليوم الثالث يسمح لأربع نحلات بلدغ الفخذ الأيمن.**
- **في اليوم الرابع يسمح لأربع نحلات بلدغ الفخذ الأيسر.**
- **وفي اليوم الخامس خمس نحلات في الكتف الأيمن مرة أخرى....**

وهكذا دواليك؛ حتى العاشرة، فيكون العدد الأخير عشر نحلات، والعدد الإجمالي للسعات النحل خمساً وخمسين لسعة.

ثم يستريح المريض بعدها لمدة عشرة أيام، يكون خلالها قد تعافى بإذن الله، ثم يعود لتكرار الطريقة، ولكن نبدأ بثلاث نحلات بدلاً من نحلة واحدة في

اليوم الأول، ويزداد العدد نحلة واحدة يومياً حتى يصل العدد إلى اثني عشرة نحلة في اليوم العاشر، وبذا يكون العلاج قد انتهى، وينتهي المرض معه بإذن الله[١].

العلاجات الحديثة للروماتزم:

يعتمد الطب الحديث على التشخيص الدقيق للأمراض الروماتزمية وتصنيفها بحسب نوعها، فمن المائة نوع من هذه الأمراض تتنوع الأدوية والعلاجات تبعاً لذلك، ولذا فقد تطورت أجهزة الكشف والتشخيص تطورات كبيرة خلال السنوات الأخيرة، واعتماداً على التشخيص يجري وصف العلاج الذي يعتقد أنه أصلح لذلك المريض.

وتنقسم العلاجات الحديثة إلى ثلاث مراحل:

١- علاجات المرحلة الأولى:

وهي الأجوية الشائعة الاستعمال ضد الآلام وأوجاع المفاصل على اختلاف أنواعها وأشكالها، وتقوم بتخفيف الآلام وتقليص التورم والاحتقان، بشرط استعمالها يومياً طوال فترة المرض، ويبدو أنها لا تؤثر في المدى الطويل في تغير مسار المرض؛ لذا فإن استعمالها ينحصر في الأعراض الخفيفة فقط؛ مثال ذلك:

---

(١) تجربة ج. م. ع امرأة تبلغ من العمر ٣٠ عاماً.
تشخيص المرض: حالة متقدمة من الروماتزم المفصلي منذ ٥ سنوات استعملت معظم الأدوية المضادة للروماتزم بالإضافة إلى الكورتيزون، ولا تزال حالتها تسوء سنة بعد أخرى.
قامت باستخدام طريقة لسع النحل كما ورد أعلاه فكانت نسبة التحسن بعد الانتهاء منها ٥٠% (من ناحية الشكوى الذاتية)، وقامت بوضع بعض النحلات للسعها في المفاصل المؤلمة مباشرة، فزال الألم تماماً من المفصل بعد تورم دام يومين، واستمر الحال هكذا لمدة ثلاثة أسابيع، ثم بدأت مرة أخرى (حيث إن مرضها متقدم ولا يتوقع له الشفاء بهذه السهولة)، ولكن للأسف لم يستطع ذووها تأمين النحل مرة أخرى.
وقد ذكر لي أحد أصحاب المناحل أن هناك بضعة أشخاص يزورونه كل ٦ أشهر لأخذ جرعات من لسع النحل لإزالة الآلام الرومانزمية، وهم مواظبون على ذلك منذ عدة سنوات.
كما بدأت تظهر خلطات عشبية حديثة لها أثر فعّال في علاج هذا المرض.
وأذكر أيضاً حالة طفلة تبلغ من العمر ١٠ سنوات تقريباً كانت تعاني من تورم شديد في مفصل الركبة الأيسر نتيجة روماتزم مزمن، فاحتار الأطباء في كيفية التصرف، ففريق اقترح فتح الركبة وتنظيفها جراحياً، وفريق اقترح تركها كما هي. فقمنا بإعطاء الطفلة جلسات لسع النحل مما أدى خلال أقل من شهر إلى زوال التورم نهائياً، وسط دهشة الجميع فالحمد لله على فضله.

الأسبرين، والبروفين، والأندوسيد، والفلدين، والبونستان وغيرها.

٢- علاجات المرحلة الثانية:

وتستعمل في حالة فشل علاجات المرحلة الأولى، وهذه العلاجات تؤثر في عملية المرض الذاتية، ولذلك سميت بـ: معدلات مسار المرض، ولكنها قد لا تعطي مفعولها إلا بعد مرور عدة أشهر على تناولها.

وللمحافظة على أثرها الشفائي، فإنه لابد من استعمالها إلى آخر العمر، بالإضافة إلى استعمال أدوية المرحلة الأولى معها أيضاً!!!

ولابد من التنويه إلى أن هذه الأدوية لها مضاعفات وآثار سمية خطيرة؛ لذا يحظر استخدامها إلا تحت إشراف الطبيب المختص، ومن هذه الأدوية: الذهب، حقناً وعن طريق الفم، والأدوية المضادة لمرض الملاريا مثل الكلوروكوين، والسلفاسلازين، والبنسللامين.

٣- علاجات المرحلة الثالثة:

وهذه من أخطر الأنواع؛ حيث إنها بالإضافة إلى تأثيراتها السمية العاجلة قد تؤدي إلى أمراض وأورام خبيثة في مرحلة لاحقة؛ مثل: أدوية الكورتيزون والأدوية المضادة لنمو الخلايا مثل الميثوتروكسيت.

•ويمكن تلخيص العلاجات الحديثة للروماتيزم في هذا المثلث الكبير:

المرحلة الثالثة:
مركبات الكورتيزون
ومضادات نمو الخلايا.
علاجات المرحلة الثانية التي تغيّر مسار
المرض: مثل: الذهب، والسلفاسلازين وغيرهما.
علاجات المرحلة الأولى:علاجات مسكنة للآلام؛
مثل: الأسبرين والبروفين وغيرهما.
نصائح عامة – توعية صحية

الزكـام

(صورة ٢١)

الزكـام ونـزلات البـرد بـدرجاتها المختلفـة مصطلحات شـعبية تعنـي: مـا يصيب الإنسان من سيلان في الأنف، مع حرقة في الحلق والأنـف، مـع وجـود حمّى خفيفة وسعال بسيط أحياناً.

وتستمر هذه الأعراض من ثلاثة أيام إلى أسبوع، ثم تنتهي تلقائياً.

أسبابه:

فيروسات البرد، وهي كائنات صغيرة جداً، لا يمكن رؤيتها إلا بالمجاهر الإلكترونية.

ومعلوم أن الفيروسات ليس لها علاج (سوى بعض أنواعها التي تسبب أمراضاً معينة فقط)، وأما العلاجات المعطاة فهي لتخفيف أعراض الحمى والسعال فقط.

نصائح عامة لاتقاء نزلات البرد:

١- الابتعاد عن التيارات الهوائية المختلفة الحرارة.
٢- الابتعاد عن المشروبات المثلجة.
٣- الابتعاد عن المرضى، وبخاصة في أثناء عطاسهم وسعالهم.
٤- استعمال المناديل الورقية إن أمكن، ثم التخلص منها بعد الاستعمال.
٥- تجنب تناول البيض في أثناء المرض؛ لأنه يزيد من حدته.

العلاجات العشبية:

١- توضع أوراق النعناع على المدفأة ليلاً، أو على حديدة ساخنة؛ فتنتشر منها المواد الفعالة وتختلط بهواء الغرفة؛ فتريح الأطفال المزكومين.
٢- يغلى الزعتر بالماء، ويقدم شرابه للمزكوم، وهو نافع بإذن الله، لضيق النّفَس العارض وانغلاق الأنف، ولكن على المريض أن يدفئ نفسه، لأن شراب الزعتر يسبب التعرّق الشديد.

٣- توضع شرائح من الثوم في وعاء به ماء ساخن وقليل من العسل، ويستنشق بخاره يومياً قبل النوم وفي الصباح، وهو نافع للزكام الناتج عن التحسس للبرد بإذن الله.
٤- تحرق الحبة السوداء على قطعة حديد ساخنة ويستنشق بخارها.
٥- تناول البصل الأخضر يساعد في تخفيف حدة الزكام، ويفضل مضغ نعناع أخضر، أو بقدونس، لتخفيف رائحته وإبعاد الأذى عن المصلين، أو يتم تناوله ليلاً فتصبح الرائحة ضعيفة جداً في الصباح.
٦- لدى ظهور أول بوادر الزكام توضع علبة لبن زبادي في الخلاط مع فصيّن ثوم، وقليل من الملح وتخلط، ثم تُشرب الكمية مرة واحدة، فتزول الأعراض مباشرة بإذن الله.
٧- تناول قطرة البروبوليس عدة مرات يوميا يساعد في منع نزلات البرد وكذلك عشبة الردبكية (الاخنيسيا) من حين لآخر.

العلاجات الحديثة:

١- الأسبرين أو البنادول؛ لتخفيف الصداع والسخونة،
٢- مضادات الهستامين (الحساسية)؛ لتخفيف احتقان وسيلان الأنف.
٣- شرابات مهدئة للسعال.

ومعظم هذه الأدوية أصبحت معروفة لدى عامة الناس؛ لكثرة نزلات البرد، وتعود الناس عليها، والذي احب أن أنبه له هو خطورة استعمال الأسبرين لمن يشكو من أمراض المعدة؛ إذ قد يؤدي ذلك إلى حدوث مشاكل لا تحمد عقباها.

داء السكري Diabetes mellitus

(صورة ٢٢)

يعتبر داء السكري من الأمراض المزمنة التي لا يوجد لها علاج شاف حتى الآن، وما الأدوية المستعملة إلا تعويض للأنسولين الناقص من الجسم، والوصول به إلى مستوى قريب من ذلك الموجود عند الإنسان السليم، ويتم ذلك إما بإعطاء الأنسولين عن طريق الحقن، أو إعطاء الحبوب التي تزيد من إفراز المعثكلة (البنكرياس) لمادة الأنسولين في الجسم، بالإضافة إلى زيادة حساسية الخلايات المستقبلية للأنسولين؛ بحيث تقوم بعملها المعتاد، برغم وجود تركيز أقل من الأنسولين عن السابق.

سؤال: هل يوجد سبب محدد لداء السكري؟

في الواقع إنه لا يوجد سبب محدد معلوم لداء السكري، بل توجد مجموعة من الأسباب يمكن أن تساعد على ظهور المرض؛ من ذلك:

١- العامل الوراثي: حيث نجد المرض ينتشر في بعض الأسر أكثر من غيرها.

٢- كثرة الطعام: حيث يلاحظ زيادة نسبة حدوث المرض في المجتمعات ذات الوفرة الغذائية، وانخفاض نسبة حدوثه في المجتمعات الفقيرة، حيث تصل نسبته في المجتمعات الغنية إلى ١٥% من السكان، وهي نسبة عالية.

٣- السمنة: إن النسيج الدهني يقاوم عمل الأنسولين؛ مما يستدعي كميات أكبر من الأنسولين؛ لإحداث نفس الأثر المطلوب في حالة عدم وجود السمنة، مما يرهق أيضاً خلايا المعثكلة (البنكرياس) وظهور المرض.

٤-أمراض مختلفة تؤثر في المعثكلة: مثل الالتهابات الفيروسية، وتشمع الكبد، وبعض الاضطرابات الهرمونية.

٥- الصدمات النفسية الشديدة نتيجة وفيات، أو حوادث وغيرها، والتي يجدر بالمسلم أن يصبر حيالها، ويسترجع، ولا يترك نفسه فريسة للهلع والحزن الشديد.

ولقد رأيت المرض يظهر عند شباب صغار السن بعد وفاة شخص عزيز عليهم، ولا يزالون يعانون من آثاره.

أنواع داء السكري:

١- داء السكري المعتمد على الأنسولين، ويسمى: النوع الأول، وغالباً ما يظهر لدى صغار السن ونحاف الجسم.

٢- داء السكري غير المعتمد على الأنسولين، ويسمى: النوع الثاني، وهو على قسمين:

أ- المريض السمين، ويشكل ٩٠% من الحالات.

ب- المريض النحيف، ويشكل ١٠% من الحالات.

موازنة بين النوعين:

	النوع الأول	النوع الثاني
١- العمر عند ظهور المرض	١٠- ٣٠ سنة	أكثر من ٣٥ سنة
٢- الجنس	ذكر = أنثى	الإناث ضعف الذكور
٣- طبيعة الجسم	نحيف	سمين
٤- ظهور المرض	سريع	بطيء
٥- نشاط الأنسولين في الدم	ضعيف أو غائب	طبيعي أو زائد
٦- الاعتماد على الأنسولين الصناعي	يعتمد	لا يعتمد

مضاعفات داء السكري:

إن داء السكري يؤثر في جميع أجزاء الجسم وخلاياه، وبمقدار التزام مريض داء السكري بنصائح طبيبه، ومحافظته على مستوى معقول للسكر في دمه، ومراجعته للطبيب دورياً لإجراء التحاليل المطلوبة، فإن ظهور المضاعفات يتأخر، وقد يكون خفيفاً ومحدوداً، أما المتهاون في ذلك فسرعان ما تظهر لديه المضاعفات التي لا تحمد عقباها؛ مثل:

أمراض العيون:

١- الساد (الماء الأبيض).

٢- أمراض شبكية العين، والتي قد تؤدي إلى العمى.

الأوعية الدموية:

١- تضيق الأوعية وانسدادها؛ مما يؤدي إلى ظهور مرض الموات في الأطراف (الغرغرينا)، بالإضافة إلى أمراض شرايين القلب.

الجهاز العصبي:

١-التهاب الأعصاب الطرفية؛ مما يؤدي إلى آلام أو تخدير وتنميل في الأطراف، وعدم الإحساس بالجروح الصغيرة، وإذا لم يتفقد المريض قدميه يومياً فإن قروحاً عميقة قد تظهر من الصعب شفاؤها.

٢-اضطرابات شديدة في الجهاز العصبي التلقائي؛ مما يؤدي إلى العنة عند الرجل، وضعف الرغبة عند المرأة، والإسهال الليلي، وهبوط الضغط عند الوقوف، وفقدان التعرق في الأطراف السفلى.

٣- ضمور العصب البصري.

الجهاز البولي:

١-التهاب الكلية والحويضة.

٢-أمراض الكبيبات الكلوية.

٣-أمراض شرايين الكلية.

٤-النخر الحلمي Papillary necrosis.

أمراض الجلد:

١- إذا ارتفع تركيز السكر في الدم إلى أكثر من ٢٤٠ مليغرام لكل ١٠٠ سم٣، فإن السكر يظهر في العرق، مما يزيد من فرصة حدوث الالتهابات الجلدية بواسطة البكتريا، أو الفطريات؛ وبخاصة في المناطق التناسلية عند النساء.

٢- ظهور حبيبات دهنية صفراء صغيرة على الجلد.

٣- أمراض متفرقة.

نصائح عامة لمريض السكر:

١- للمريض ذي الوزن الزائد: يجب تخفيض الوزن باتباع إحدى الوسائل التالية، أو جميعها معاً، وهو الأفضل، وهي:

- الحمية – الصوم – الرياضة.

٢- تخفيض كمية الطعام المستهلك إلى ثلث البطن، كما ورد في الحديث الشريف:

«ما ملأ آدمي وعاء قطّ شراً من بطنٍ، بحسب ابن آدم بضع لقيمات يقمن صلبه، فإن كان لابد فاعلاً، فثلثٌ لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لِنَفَسِهِ»(١).

٣- لعب الرياضة دورياً، إما بالهرولة الخفيفة، وإما بالمشي السريع لمدة نصف ساعة يومياً، أو حسب الاستطاعة؛ فإن ذلك يؤدي إلى تخفيض نسبة السكر في الدم.

٤- الابتعاد عن بعض أنواع الأطعمة تماماً، والتخفيف من بعضها، والإكثار من بعضها الآخر.

أما الأطعمة الممنوعة فهي: السكاكر، والحلويات، والنشويات الناعمة؛ مثل: الأرز، والخبز الأبيض، والبسكويت، والبطاطس، والمعكرونة.

وأما الأطعمة التي يخفف منها فهي: الدهنيات، وبخاصة الدهون الحيوانية، والفول والعدس، والخبز الأسمر.

أما الأطعمة التي يستطيع أن يأكل منها، ما يريد فهي: الخضار، واللحوم، والأسماك (تطبخ بالماء المغلي أو بالشواء وليس بالقلي).

هل يوجد علاج لمرض داء السكري.

للأسف لا يوجد علاج يقطع يشفي تماما من المرض فيستريح منه المرضى، وكل ما يتوافر من أدوية ما هي إلا تعويض مستمر للنقص الموجود في الأنسولين فقط، ولاشك أن في ذلك خيراً كثيراً، ونسأل الله سبحانه أن يفتح على الأطباء بالعلاج الناجع قريبا.

العلاج:

إن اللجوء إلى القرآن الكريم والدعاء، مع ما ورد من خصائص العسل، والحبة السوداء، وماء زمزم الشفائية العامة تفتح للمسلم باباً للشفاء، بحسب يقينه وصدق إيمانه بعون الله سبحانه، فليفطن لذلك أولو الأبصار.

---

(١) رواه أحمد والترمذي والنسائي وابن ماجه، وقال الترمذي: حديث حسن.

العلاجات الشعبية:

لقد قمت بالاطلاع على هذه الطرائق العلاجية، وسمعت وقرأت، وتابعت أحوال الكثير من المرضى خلال تجربتي الطويلة في طب الأعشاب و مع من حاولوا استعمال الأدوية الشعبية المختلفة؛ فلم أجد دواء يصلح أن يعزى له فضلٌ في شفاء مرضى داء السكري، وأقصى ما يمكن قوله في هذا الباب: إن العديد من هذه الأعشاب تخفف حدة المرض وتساعد في ضبطه بدرجة كبيرة و يمكن ان تمنع مضاعفاته بإذن الله، بشرط استعمالها بصورة مستديمة أيضاً، ومن المهم جداً أن أذكّر المرضى الكرام بأن العديد منهم حين يبدأ باستعمال العلاج الشعبي، فإنه قد يشعر بتحسن عام، وحينئذ يبدأ بأكل ما يريد، ولا يفكر بالذهاب إلى الطبيب، ويهمل الأمر لسنوات عديدة، وبذا يتيح فرصة ظهور مضاعفات المرض بصورة تدريجية؛ مما يسبب له إحباطاً وحالة نفسية صعبة.

ولقد علمت عن بعض الأطباء في سوريا والأردن يجرون جراحة صغيرة بين الأصابع لعلاج السكري، وقد تعطي هذه العملية نتائج جيدة في البداية حسب كلام المرضى ولكن بعد حين تعود الأمور كما كانت، حتى أن بعض المرضى حصلت لهم مضاعفات وانتانات مزمنة مكان العملية.

و من المعلوم ان هناك اكثر من ٤٠ نباتا طبيا مفيدة لمرضى السكري نذكر أهمها:

١- الكوريلا (الشمام المرّ) momordica charantia والشمر:

تؤخذ الكوريلا وتفرغ محتوياتها من البذور، ثم تفرد على صينية لتجف داخل البيت (وليس في الشمس)، وبعد أن تجفّ يتم سحقها وخلطها مع الشمر المسحوق بنسبة النصف، ويتم تناول ملعقة صغيرة من هذا المزيج مرة إلى مرتين يومياً دون توقف[١].

---

(١) إحدى السيدات تبلغ من العمر ٢٧ عاماً (ز. م. ن) وعدد أطفالها ٨، تم اكتشاف السكري لديها قبل عامين وبدأت استعمال الدوانيل وكانت الاستجابة جيدة ثم تحولت إلى الطريقة المذكورة منذ عام وأصبحت حاملاً في أثناء ذلك العام وكانت جميع التحاليل طبيعية أثناء الحمل وولدت طفلاً طبيعياً ولا تزال تستخدم هذه الطريقة.

- ومريض آخر (ن. م. ع) يبلغ من العمر ٣٧ عاماً استخدم ذات الطريقة فارتفع السكر لديه قليلاً بعد إيقاف الحبوب فنصحته باستخدام ملعقة من هذا المسحوق صباحاً، ويأخذ حبة دوانيل مساءً فكانت الاستجابة ممتازة ومضى عليه أكثر من عام وهو على هذه الحالة.

٢- وجد علماء المركز القومي للبحوث في مصر اثراً جيداً في داء السكري للخليط المكون من: (الحنظل + الحلبة + الترمس + الدمسيسة + شيخ البابونج)، ويستعمل منه ملعقة صغيرة مرتين يوميا.

٣- استعمال صمغ الجوار: Guar gum

أجريت دراسة في جامعة اكسفورد أوضحت أن استعمال ٥ غرام من صمغ الجوار مرتين يومياً لمدة شهرين تؤدي إلى تحسن ملحوظ لدى مرضى داء السكري وتقلل كمية الأنسولين أو الحبوب المتناولة يومياً.

٤- الحلبة، والسنامكي، والسبانخ، والملفوف، ونبات الباباي، والخس، والترمس، والشيح، والجزر، والفلفل الأسود، والرجلة، والصفصاف،ونبات قرة الماء، والكرفس، والذرة الشامية لها جميعا اثر في تخفيض السكر.

العلاجات الحديثة:

إن أفضل علاج متوافر حتى الآن هو: الأنسولين، يؤخذ تحت الجلد، ولا غنى عنه لمرضى النوع الأول من داء السكري، أما بالنسبة إلى النوع الثاني من المرضى، وبخاصة الذين يعانون من زيادة في الوزن – فبإمكانهم استعمال أحد أنواع الحبوب الخافضة للسكر، والتي تتراوح جرعتها اليومية من حبة واحدة إلى أربع، ويمكن الجمع بين نوعين من هذه الحبوب، وتختلف حالة كل مريض عن الآخر، ولابد من إشراف الطبيب عند تغيير هذه الأدوية أو تبديلها، والتي من أشهرها: حبوب الدوانيل، والمنيدياب، والدميكرون، والجلوكوفاج.

أما استعمال الأنسولين؛ فكلما ازدادت جرعاته اليومية، كان ضبط السكر أفضل، ولكن حيث إن وخز الإبر مزعج للمريض، فإن أنسب الطرائق هي أخذه مرتين يومياً، صباحاً ومساءً، بنوعيه القصير والطويل المفعول، وتزداد الجرعة أو تنقص بحسب حاجة الجسم، وبعد إجراء التحاليل قبل الإفطار وبعده بساعتين، وعلى مريض داء السكري أن يدرك أهمية فهمه الجيد لمرضه والمؤثرات فيه، وعليه إعطاء الإبر لنفسه، وتعديل جرعتها بحسب تناوله لأكله، وأن يستفسر من طبيبه عن الأمور التي يجهلها من هذا المرض، وبذلك يستطيع أن يعيش حياة طيبة بإذن الله.

وفيما يلي برنامج عام لنظام الزيارات الدورية، وما ينبغي عمله لمريض داء السكري فيها:

المدة الزمنية للزيارة	الإجراءات المتخذة
١-كل ثلاثة أشهر فوق ٤٠ سنة.	**١-الوزن ٢- قياس ضغط الدم (واقفاً ومستلقياً) لمن هم ٣- سكر الدم ٤- تحليل بول السكر والبروتين والكيتون. ٥- مراجعة عامة للعلاج.**
٢- كل سنة على الأقل:	**١-الاستفسار عن أي أعراض جديدة. ٢-فحص عام. ٣-فحص العيون: قوة النظر، الماء الأبيض، أية علامات أخرى ٤-كشف قاع العين. ٥-فحص القدم (كما هو مبين بعد قليل).**
٣-كل ثلاث سنوات	**١-فحص بولينا الدم والكرياتين** Urea + creatinin **٢-قياس دهون الدم** Fasting lipids

العلامات التي يجب الانتباه إليها عند فحص القدم:

١-الفحص العام:

أ- لون الجلد.

ب- الجروح الخفية.

ج- إنتانات جلدية أو قروح.

د- فحص الأظافر.

هـ- تغير قوس القدم.

٢- فحص الدورة الدموية بالأطراف السفلى عند أعلى الفخذ، وخلف الركبة وظهر القدم (وذلك بجسب النبض الشرياني في تلك

المناطق). وملاحظة أي أعراض للموات (الغرغرينا)، وكذلك الانتباه لحرارة الجلد.

٣- الفحص العصبي للرجلين: الإحساس، الألم، اللمس الخفيف، إحساس الذبذبات، نفضة الوتر الكاحلي والركبي.

٤- الاهتمام بنوعية الحذاء: أن يكون واسعاً وطرياً.

فائدة: إن استعمال الأعشاب المضادة للأكسدة مثل مستخلص بذور العنب الأسود مع عشبة (الفصفصة) له دور واضح في تحسين حالة مريض السكري، ومعالجة مضاعفات المرض من تنميل في الأطراف وضعف الشبكية، وكذلك فإن عشبة القمح الخضراء لها فوائد جمّة في هذا الشأن.

مرض السرطان Cancer

(صورة ٢٣)

إن اسم هذا المرض يرعب الإنسان ويزلزله من أعماقه؛ إن لم يكن لديه الإيمان العميق، ولم يركب مركب الرضا بالقضاء، والصبر عند البلاء، وذلك لصعوبة علاجه، وشدة فتكه وإيذائه، وقد عرف هذا المرض منذ قديم الزمان؛ كما نجد ذلك في كتب طب الأقدمين(١).

ولكن نسبة حدوثه ازدادت زيادة كبيرة في العصور المتأخرة، وفي هذا القرن على وجه الخصوص؛ وذلك لتوافر الأسباب المادية من صناعات وإشعاعات، ومواد كيماوية، ومواد حافظة، والراحة الزائدة عند الإنسان، بالإضافة إلى ظهور الفواحش المعلنة؛ خاصة في بلاد الشرق والغرب، حيث نجد نسبة هذه الأمراض قد احتلت مكان الصدارة لديهم.

وأنواع السرطان كثيرة جداً؛ فكل عضو وجزء من أجزاء الجسم قد يحدث فيه أنواع مختلفة من السرطان، بعضها حميد، والآخر خبيث، وبعضها الآخر درجات بين هذا وذاك، والحديث عنها يطول؛ حيث توجد الآن المؤلفات الضخمة التي تتحدث بالتفصيل عنها، ولا تزال الاكتشافات الحديثة تظهر يومياً معلومات جديدة عن هذه الأمراض.

ولقد رأينا وسمعنا قصصاً لمرضى أصيبوا بالسرطان، فيها العبرة لذوي البصائر والضمائر اليقظة(٢).

---

(١) يقول الطبيب المشهور (ابن زهر) في كتابه: التيسير في المداواة والتدبير: «وأمراض السرطان عسيرة البرء، وإنما سميت بذلك لكثرة أرجل السرطان»، ويكتفي بذلك ولا يذكر لها دواء، ولكن ذكرت علاجات في كتب إبن سينا والرازي وغيره.

(٢) من هذه القصص:

أحد الصالحين في المدينة المنورة أصيب بهذا المرض، وكان بنى مسجداً، وألف كتباً، فحين علم تشخيص مرضه زادت صدقاته على الفقراء، وأوصى على أهله وبناته، وهيأ لهم الكفالة الصالحة، واستغفر وأناب، حتى أتاه الأجل على خير ما يجب أن يكون عليه المؤمن.

أما القصة الأخرى فهي لشاب شيوعي أعرفه معرفة شخصية، حاولت وغيري ثنيه عن إلحاده وكفره، فاستكبر وأبى، فأصابه سرطان رئوي خبيث، بدأ يفتك به شيئاً فشيئاً، وقد استعملت معه الأدوية الشديدة، والأشعة وغيرها حتى سقط شعره، ودق عظمه، وظهرت عروقه دون أن يتوب! ويعود ذلك إلى بطانة السوء التي كانت حوله من الشيوعيين والفاسقين، إلى أن خرج السرطان ونهش حلقه وفمه، وشوّه وجهه، حتى إن أقرب المقربين

والمسلم يعتقد بالقدر خيره وشره، ولكن يجب عليه ألاّ يكون سبباً في الشر، بل يحرص أن يكون دوماً من أسباب الخير، وأن يأخذ بسنن الله الكونية؛ في مأكله ومشربه، وعاداته، وبذا يبعد عن نفسه المشاكل والمضاعفات بإذن الله، فإن اصابه بعد ذلك أمر مقدور اعتبره ابتلاء.

نصائح عامة لتخفيض الإصابة بمرض السرطان:

١- تقوى الله والإنابة إليه، وسؤاله العفو والعافية دائماً.
٢- ممارسة التمارين الرياضية بانتظام.
٣- الابتعاد عن العادات السيئة مثل التدخين بأنواعه المختلفة.
٤- تجنب التعرض الزائد للشمس خشية تنشيط سرطان الجلد.
٥- الإكثار من تناول الخضار والفواكه الطازجة.
٦- تجنب الوقوع في السمنة، وضبط تناول الدهون.
٧- مراجعة الطبيب عند ملاحظة وجود ورم أو تصلب، أو حدوث نزف غير عادي.
٨- مراجعة الطبيب في حالة وجود مشكلة دائمة مثل: السعال، أوخشونة الصوت، أو تغيير في التبرز، أو انخفاض الوزن دون سبب واضح.
٩- (للنساء) يفحص الثديان بانتظام، والحرص على إرضاع الطفل من الثدي، وعدم الاعتماد على الحليب المجفف.
١٠- مداواة الأمراض والجروح والقروح بأسرع وقت، وعدم إهمال الأسنان المكسورة دون علاج.
١١- عليك بالتمر والعسل وماء زمزم ما استطعت إلى ذلك سبيلا(١).

إليه جزعوا منه، وخافوا من منظره، وامتنعوا عن زيارته، فاجتمعت عليه الآلام، ولم يعد يحتمل الحياة دون إبر التخدير القوية، حتى انتهى أجله فمات ميتة سوء والعياذ بالله، وفي ذلك عبرة للمعتبر، وشتان بينه وبين ذلك الرجل الصالح. نسأل الله العفو والعافية وحسن الخاتمة.

(١) قال رسول الله ﷺ: «ماء زمزم لما شرب له » حديث رقم (٥٠٢٧) صحيح الجامع الصغير الألباني.

العلاجات الشعبية:

في الحقيقة إن العلاجات الشعبية التي وردت في علاج السرطان قد ذكرت لعلاج أنواع معينة، وعلى أفراد معينين، فإذا افترضنا عدم وجود التشخيص الدقيق لنوع السرطان، بالإضافة إلى عدم وجود المقياس العالمي للاستجابة، والمتابعة على المدى الطويل؛ إلا في نطاق محدود، فإن النتائج تكون عامة، وليست خاصة بنوع محدود، وتعتمد في شفائها على شمولية العلاج، وبركته مثل العسل والحبة السوداء ،وماء زمزم بعد مشيئة الله سبحانه وتعالى.

وحيث إن العلاجات قديمها وحديثها تهدف إلى تحقيق أكبر قدر ممكن من الشفاء، وتأخير المضاعفات، فإن ذلك يتحدد أيضاً بعدة أمور، منها:

١- مدى استفحال المرض حين اكتشافه، فإن كان في أول أطواره فالشفاء يكون محتملاً جداً بإذن الله، أما إن كان مستفحلاً فنسبة الشفاء تكون شبه معدومة.

٢- نوع السرطان: فبعض الأنواع يستجيب للعلاج بصورة طيبة مثل بعض سرطانات الدم، والبعض الآخر لا يستجيب للعلاج إلا بصورة محدودة.

٣- نوعية العلاج المستعمل، وحسن استخدامه.

٤- عوامل أخرى مثل: صحة المريض بشكل عام، وحالته النفسية، وقواه الروحية.

ومن خلال قراءاتي في الكتب الشعبية لم أجد طريقة واحدة ذكر فيها أنها جربت على شخص مريض بالسرطان، أو أكثر وأعطت نتائج شافية واضحة[١]، وحيث إن مرض السرطان يتنشر يوماً بعد يوم، وكل تأخير في

---

(١) طالعت في جريدة البلاد – عدد الجمعة ١٤١٣/٣/٢٨هـ عن حالة مريض يبلغ من العمر ٥٥ عاماً ويدعى (عوض الله عواد عبد الحربي) وتم تشخيصه «حالة سرطان كلوي متفشي إلى الرئتين».

(Renal cell Carcinoma with metastasis)

وتم إعطاؤه بعض العلاجات وأرسلت التقارير والشرائح إلى الولايات المتحدة الأمريكية فجاء الجواب بأن العلاج المتوافر هو فقط للتخفيف والتسكين ولا شيء سوى ذلك.

(Palliative care is the only treatment available)

فقام بعض معارفه بإرشاده لاستعمال نبات يوجد في شمال المملكة السعودية يدعى (ديد الضبعة) واسمه العلمي Caralloma retrospience حيث يخلط مع الحلبة والحبة السوداء والقرنفل والعسل والثوم ويؤخذ من هذا الخليط ثلاث جرعات يومياً. وبعد استعماله لمدة ثلاثة

علاجه قد يفقد الأمل في علاجه مطلقاً، وحيث إن المصاب بهذا المرض يسارع سواء برغبته، أو بوساطة ذويه إلى الأطباء والمستشفيات التخصصية، فإن وضع بديل من العلاج الشعبي دون أن يكون فعالاً بصورة واضحة بالدليل والبرهان يعتبر تقصيراً مع المريض وإعناتاً له دون جدوى.

والطرائق العلاجية التي ثبتت لها الجدوى بالتجارب العلمية هي طريقة الصوم، ولكن بطريقة خاصة، ويبدو لي أنها طريقة جيدة إن استطاع المريض الصبر عليها.

والطريقة كالتالي:

أن يصوم المريض عن الطعام إطلاقاً، ويقوم بشرب ماء زمزم فقط، مع إضافة ملعقة عسل أصلي له أحياناً، وبعد أن يبدأ إحساسه بالجوع الحقيقي (يستمر فترة عدة أسابيع قبل أن يأتي هذا الشعور للمريض)، يبدأ بتناول العنب من أي نوع كان، بحيث يأكله بقشره وبذوره، ويستمر هذا النظام لعدة أسابيع، وربما لأكثر من ٦٠ يوماً، ولتجنب فقدان الشهية للعنب يفضل تنويع أصنافه حسب المستطاع، وأما الكمية فتعتمد على ميل المريض وشهيته، وحين يعرض عن أكل العنب فإن ذلك يعني وجود كمية من السموم السرطانية التي لا تزال موجودة في الجسم، وهنا يستحسن إطالة مدة الصيام حتى يستسيغ المريض أكل العنب ويطلبه بنفسه، ويحسن بالمريض البدء بأكل كميات قليلة تزداد مع الوقت، وخلال ذلك لا يغفل عن ذكر الله، وقراءة ما تيسر من الآيات التي لها فضل بإذن الله في الشفاء، كما ورد في أول الكتاب، والمأثور من الأحاديث والأدعية النبوية، فينال الشفاء إن شاء الله.

أشهر ومراجعته لمستشفى «فيصل التخصصي» كانت مفاجأة للأطباء حيث زالت معظم آثار السرطان في الرئتين وشعر المريض بتحسن بلغ ٨٠% وهذه دعوة للباحثين للنظر في هذه النباتات والاستفادة منها.

ولكن بعد ٣ سنوات عاد المرض إليه مرة أخرى فتوفي الرجل، ويعود ذلك في رأيي إلى عدم اعتماد خطة علاجية وقائية تزيل مسببات عودة المرض مرة أخرى، فالقضية ليست علاج ما هو موجود فقط، بل يلزم النظرة الكلية لأحوال المريض، وإعطائه الأعشاب المنقية للدم، والمقوية للمناعة لوقايته من عودة المرض.

حالة ثانية: مريضة فرنسية تعيش في الأردن ظهر لديها ورم في آخر المعي الغليظ بطول ٤*٤ سم فاقترح الأطباء إزالة الورم وإغلاق فتحة الشرج نهائياً وعمل فتحة في البطن (colostomy) للمريضة للتخلص من الفضلات بشكل دائم، رفضت المريضة هذا الاقتراح واستعملت الأعشاب الخاصة بالأورام المتوافرة لدينا مع العلاج الكيماوي، وبعد ٤ أشهر أجري لها منظار للقولون فكان الحجم ١.٥*١.٥سم، فدهُش الجرّاح من هذا التحسن، وبعد ٤ أشهر أخرى أجري لها منظار آخر في فرنسا فكانت النتيجة المدهشة زوال الورم نهائياً والحمد لله.

أما ما ورد في علاج السرطان من النباتات الطبية فنذكر منها:

١- نبات الهدال Viscum album**.**

٢ - نبات شب الليل Mirabilis jalapa**.**

٣- نبات الأقحوان Calendula officinalis**.**

٤- نبات الونكه Vinca rosea **(وقد استخرج منه مادة الفنكرستين) المضادة للسرطان (**Vincristine**).**

٥- نبات اللوف Arum dioscoroides**.**

٦- الحبة السوداء والثوم. Nigella sativa and Allium sativum

٧- منتجات النحل من العسل وحبوب اللقاح وسم النحل والبربوليس..

٨- كما بدأت تظهر في أمريكا ودول أوربا بعض الأعشاب ذات الأهمية الخاصة في علاج السرطان منها نبات الأخنيسية Echinacea angustifolium **والأرقطيون** Arctium lappa **وحماض الخراف** Rumex acetosella **وغيرها، والتي أثبتت نجاحا خاصا كما تدل الدراسات المختلفة.**

و قد راجعني يوما ما احد المرضى الذين تم إخراجهم من مستشفى الحسين للسرطان على كرسي متحرك في حالة ميئوس منها Terminal stage **حيث قال الأطباء لزوجته أنه لن يعيش اكثر من ثلاثة أشهر فليبق بين أولاده، فقمت بوصف الأعشاب اللازمة له ونصحته بشرب حليب الابل مع شرب ماء زمزم والتركيز في الدعاء، وبعد ١٠ أشهر شفي الرجل تماما بفضل الله.**

العلاجات الحديثة:

توجد في كثير من الدول المتقدمة معامل ومختبرات أبحاث تتسابق في إنتاج أدوية السرطان، وتحاول استخراج المزيد من هذه العلاجات قدر المستطاع.

وتنقسم طرائق العلاج الحديث إلى الأقسام التالية:

١- الأدوية الكيماوية على شكل إبر وحبوب وتحاميل وغيرها.

٢- العلاج بالأشعة السينية أو الليزر وغيرها.

٣-العلاج بالمواد المشعة؛ تزرع في جسم الإنسان قرب الأورام لمدد مختلفة.

٤- الاسئتصال الجراحي للأورام وتوابعها.

إن الاستئصال الجراحي للسرطان في أطواره الأولى قبل أن ينتشر في مناطق أخرى هو أنجح أسلوب حتى الآن، وخاصة إن كان في مناطق ظاهرة من الجسم؛ مثل: الثديين أو الجلد، أما سرطانات الدم فلا يصلح معها إلا العلاج عن طريق الحبوب والإبر، وكثير منها يستجيب للعلاج استجابة حسنة، وقد بدأت بعض التقارير الطبية تتحدث عن الشفاء التام لبعض هذه الأنواع، وبخاصة عند الأطفال، وهذا شيء يبشر بالخير، فالحمد لله على فضله.

أما السرطانات المخفية داخل الجسم فإن اكتشافها لا يكون في كثير من الأحيان إلا بعد أن تكون قد فرخت في مناطق أخرى من الجسم، وبذا فإن استعمال الأشعة والمواد المشعة يكون لها بعض الدور في تخفيف معاناة المريض.

وتشير الدراسات إلى أن استعمال الأعشاب جنباً إلى جنب مع الأدوية الكيماوية، أو الجراحة أو الأشعة له دور أفضل بكثير من استخدام العلاجات الحديثة وحدها، لذا على الأطباء تشجيع هذا التوجه وعدم معارضته، فهذه أمانة في أعناقهم يسألوا عنها يوم القيامة.

وقد نشر بحث للبروفيسور وورتن في الولايات المتحدة الأمريكية عام ١٩٩٨، أثبت فيه أن لبذور الحبة السوداء خاصية مضادة لعدد من أنواع الخلايا السرطانية العنيدة، والتي تبدي مقاومة لمجموعة من الأدوية الكيماوية.

الصرع Epilepsy

(صورة ٢٤)

هو اضطراب في وظائف الدماغ، يتميز بموجات فجائية قصيرة مع تغيّر في الوعي أو الوظائف الحركية أو الحسية أو ظهور تصرفات غير مفهومة[١].

ويقسم الصرع إلى أنواع عديدة؛ بحسب سببه، أو نوعية الحركات الظاهرية على المصاب، أو العمليات الفسيولوجية المضطربة في دماغه... الخ.

وأشهر التقسيمات شيوعاً هو المعتمد على نوعية الحركات الظاهرية على المصاب، وهي كالتالي[٢]:

١- **الصرع الكبير:** Grandmal epilepsy أو الصرع التوتري الرمعي (Tonic clonic) وهو أشهر أنواع الصرع، ومن علاماته المشهورة: يفقد المريض وعيه، فيسقط على الأرض، ويتحرك بحركات توترية رمعية (انقباض وانبساط في الأطراف) مع عض اللسان، وخروج الزبد من الفم لدقيقة أو يزيد قليلاً، تتبعه غيبوبة عميقة، مع ارتخاء عام في الجسم لمدة دقيقة، يبدو فيها كالميت، ثم تخف هذه الحالة، ويصبح كأنه في نوم عميق، ويستمر هذا النوع لمدة ساعتين أو ثلاثة. وبعدها يستيقظ المريض، وهو يشكو من صداع، مع عدم القدرة على التركيز، ولا يذكر شيئاً مما حدث، وقد يتعرض المريض في أثناء سقوطه وفقدان وعيه إلى كسور وجروح إذا سقط على أشياء حادة أو صلبة.

٢-**الصرع الصغير: Petit mal epilepsy**

وهو عبارة عن فقدان الوعي لمدة قصيرة دون ظهور أية اعراض حسية، أو حركية على المصاب، وتكون عادة في الأطفال.

٣-**الصرع الجزئي:**

---

(١) أخذ هذا التعريف من: The merck manual 15 th edition. P.1366

(٢) أخذ هذا التقسيم من: Medicine international 47 oct. 1987p. 1869

وهو يشمل مجموعة بسيطة من عضلات الجسم؛ كالإصبع مثلاً، وقد ينتشر بالتدريج إلى باقي الجسم، وقد يبدأ بالعينين ثم الرأس.. الخ. وله عدة أنواع.

٤-الصرع الجزئي المعقد:

وهذه تشمل حدوث أحاسيس وتصرفات غريبة، مثل شم روائح غريبة، أو سماع أصوات لموتى، أو أنه يحس بالغربة الشديدة حتى بين أهله وأقاربه، وفي بعض الحالات يرى الأشياء حوله صغيرة جداً، وقد يراها كبيرة جداً، كذلك الحال مع السمع؛ فقد يسمع الأصوت العادية، وكأنها خافتة جداً، أو يسمعها عالية جداً، أو قد يرى نفسه من الخارج يتحدث مع الناس، وكأنه ينظر إلى فيلم سينمائي!!

٥-الصرع غير التوتري:

ويتميز بفقدان قوة العضلات لفترة وجيزة دون غياب الوعي.

٦-أنواع أخرى أقل حدوثاً:

ومن الجدير بالذكر أن الأنواع المذكورة آنفاً يمكن تقسيمها إلى تقسيمات فرعية كثيرة، توجد في كتب الطب، وليست من أهداف هذا الكتاب.

أسباب الصرع:

١-أسباب مادية.

٢-أسباب غير مادية.

١-الأسباب المادية:

١-أسباب استقلالية Metabolic :

أ- موروثة: حيث نجد الصرع في بعض العائلات أكثر من غيرها.

ب- مكتسب: مثل:

- انخفاض سكر الدم.
- ارتفاع سكر الدم.
- نقص الأكسجين في الدم.
- نقص الكالسيوم في الدم.

- وجود سموم في الدم.
- غيرها.

٢- الأسباب البنيانية: Structural

أ-وجود ندبة في المخ نتيجة لحادث أو جلطة أو التهاب.

ب-عيوب خلقية.

ج-عيوب في الأوعية الدموية.

د-وجود أورام أو دمامل.

٣- التهابات جرثومية:

أ-التهاب الدماغ Encephalitis

ب-التهاب السحايا Meningitis

ج- دمامل Abscesses

ومن المعلوم أن تشخيص نوعية الصرع لا يعتمد فقط على الحالة المرضية الظاهرة للعيان، بل تتوافر الآن الأجهزة الطبية المعقدة؛ مثل: تخطيط الدماغ، والتصوير الطبقي المحوري؛ لمعرفة نوعية الصرع وأسبابه إن وجدت، بالإضافة إلى التحاليل المخبرية المختلفة، لذا يجب عرض المصاب بالصرع على الطبيب المختص؛ ليشخص الحالة، ويعطي العلاج المناسب لها.

ومن الواضح أنه إذا وجد السبب فإن العلاج يكون سهلاً إن كان متوافراً وميسراً، أما إن كان ورماً خبيثاً متقدماً، فإن ذلك يعتمد على درجة استفحاله، وكفاءة الطبيب المعالج بعون الله سبحانه.

الأسباب غير المادية:

أما الأنواع الأخرى التي لا يظهر لها سبب واضح فهي؛ إما:

١- صرع عضوي لم يكتشف له سبب حتى الآن، ويمكن ضبط أعراضه إلى حد كبير عن طريق الأدوية.

وإما:

٢- صرع ناتج عن دخول جني بهذا المريض، فلا يكون علاجه إلا بالأدوية الروحانية.

ولابن القيم رحمه الله تعالى كلام نفيس في هذا الباب، حيث يقول:

(وعلاج هذا النوع من الصرع – أي دخول الجني بالإنسي – يكون بأمرين:

- أمر من جهة المصروع.
- وأمر من جهة المعالج.

فالذي من جهة المُعَالَج، يكون بقوة نفسه، وصدق توجهه إلى فاطر هذه الأرواح وبارئها؛ لأن هذه محاربة، والمحارب لا يتم له الانتصاف من عدوه بالسلاح إلا بأمرين:

أن يكون السلاح صحيحاً في نفسه جيداً، وأن يكون الساعد قوياً، فمتى تخلف أحدهما لم يغن السلاح كثيراً، فكيف إذا عدم الأمران معاً، حيث يكون القلب خراباً من التوحيد والتوكل والتقوى والتوجيه ولا سلاح له.

والثاني من جهة المُعَالج؛ بأن يكون فيه هذان الأمران أيضاً، حتى إن من المعالجين من يكتفي بقول: اخرج منه، أو بقول: بسم الله، أو يقول: لا حول ولا قوة إلا بالله، والنبي ﷺ كان يقول: (اخرج عدو الله، أنا رسول الله).

فإذا ابتلي المسلم بشيء من ذلك؛ فعليه تلاوة سورة البقرة، وغيرها من القرآن، وأن يستعين بالله، ثم بأهل التقوى والصلاح؛ لإعانته في خروج الجنّي، ولا يقرب العرّافين والمشعوذين وغيرهم، لقوله ﷺ:

«من أتى عرّافاً فسأله عن شيء لم تقبل له صلاةٌ أربعين ليلة»[1].

علاج الصرع المادي بالأدوية الشعبية:

١-الهدال – الدبق: وهو نبات طفيلي يعيش على أغصان كثير من الأشجار المثمرة أو الحرجية، وهو عشب دائم الخضرة، وأوراقه ضيقة وطويلة، وله ثمار كروية صغيرة بيضاء وصفراء، والجزء الطبي منه، هو الفروع الحديثة مع الأوراق.

الاستعمال:

تغلى عشرة غرامات من مسحوق أوراق الهدال لكل ٢٠٠ غرام من الماء في اليوم لمعالجة الصرع عند الأطفال، وتعطى ثلاثة أمثال هذه الجرعة لمعالجة الصرع عند الكبار.

---

(١) حديث رقم (٥٩٤٠) من صحيح الجامع الصغير وزيادته للألباني.

٢-وهذه مجموعة من النباتات التي ذكرت في كتب الأقدمين لعلاج الصرع أسردها سرداً، لإتمام الفائدة:

أ-الكزبرة.

ب-العنصل.

ج-البلسان.

د-الكراوية.

هـ-الحرمل.

و- دهن الزنبق.

علاج الصرع المادي بالأدوية الحديثة:

كما ذكرنا آنفا أنه في حال وجود سبب عضوي أو استقلابي وغيره، وأمكن إزالته؛ فإن المرض يزول بإذن الله، ولكن في أحيان كثيرة يعجز الأطباء عن معرفة السبب، لضعف في الإمكانات الطبية المتاحة، أو لدقة المرض، وعدم ظهوره بصورة واضحة في التحاليل والفحوصات المختلفة، وهؤلاء يعطون واحداً أو أكثر من العلاجات التالية، ويجب أن تكون تحت إشراف الطبيب المختص:

١. فينوباربيتون.

٢. زارونتين.

٣. تجريتول.

٤. فاليوم.

٥. فنيتوين.

٦. وغيرها.

وهناك طريقة بسيطة لمعرفة ما إذا كان سبب الصرع مادياً أو روحانياً وهي أن نطلب من المريض أن يقول (بسم الله أوّله وآخره) قبل كل نَفَسْ، ويكرر ذلك أربعين مرة في جلسة واحدة، فإن اشتكى من دوخة أو صداع، أو ضيق في التنفّس أو خَدَر في الأطراف أو أي نوع من الشكاوى فإن ذلك يدل على أن هناك تلبّس أو مَسّ. أما إن لم يحدث شيء من ذلك فمعناه أن الصرع ماديّ أو عضوي.

وقد اسميت هذه الطريقة: طريقة البسملة وبالإنجليزي BAW test ، وهي مشتقة من الأحرف الأولى لـ (بسم الله أوله وآخره). أرجو أن يستفيد منها الأطباء والمعالجون.

و في ما يلي نص منقول من كتاب (دليل المعالجين بالقرآن الكريم للشيخ رياض محمد سماحة) حول هذا الموضوع:

"الإستشفاء بذكر إسم الجلاله وذلك بصيغة تقال (بسم الله أوله وآخره) ثم إغلاق الفم وأخذ شهيق من الأنف وتكرار الذكر لأطول فتره ممكنه بنفس الكيفيه مع عدم قطعها لأي سبب من الأسباب.. ففي الحديث الذي معناه: إن طعام الشياطين هو ما لم يذكر عليه إسم الله، ولا يستطيع الشيطان أن يتناول طعام ذكر عليه إسم الله فإن تناوله تقيأه وإن لم يتقيأه.. قطعت أمعاؤه وتم إهلاكه.

مشاركة الشيطان الإنسان طعامه يعني فقدان للبركه.. فكأنه يأكل سبعة أمعاء ولا يشبع، كما أن الإنسان يكون أكبر ميلاً للذنب والغفلة ما دام الطعام الذي ببطنه لم يذكر عليه إسم الله.

وحين نستشفى باسم الجلالة بهذه الصيغه وهذه الكيفيه فإننا في واقع الأمر نسمي على النفس المنشوق أول النفس وآخره فلا يكن للشيطان أي قدر من هذا النفس فتحدث له عملية خنق.

باستمرار البسمله بالصيغه وبالكيفيه السابقة فإنه غالباً ما يشعر بما يلي أو بعض ما يلي:

- برودة في الأطراف ثم تنمل في الجسم أو بعض أعضاء الجسم
- دوار وصداع
- خوار في القوى ورعشه
- تثاؤب مستمر وميل للنوم الشديد
- كحه مفاجئه
- غثيان وميل للقئ وقد يحدث قئ
- شعور بالضيق في الصدر والإختناق
- تشنجات في الأطراف
- ضحك لا إرادي أو بكاء لا إرادي
- حدوث إغماء مفاجئ وفقدان المريض لوعيه

- أو أي أعراض أخرى يكون نتيجتها قطع المريض ذكر البسمله بالصيغه السابقه.. كأن ينسى المريض هذه الصيغه ويردد صيغاً أخرى بطريقه لا إراديه.

وقد يحدث من جراء ذلك لعثمه وقد يلتصق اللسان بسقف الفم فلا يستطيع أن ينطق ثقل في الجسم أبو بعض الأطراف، حدوث الآم في بعض أجزاء الجسم ، رغبة في الهرش في بعض أجزاء الجسم ، رؤية بعض أشكال معينه أو سماع أصوات أو غير ذلك.

تعليل ذلك أن الشيطان عليه لعنة الله يتسبب في كل هذه الأعراض لتعجيز المصاب عن ذكر البسمله أو لشغله عن الإستمرار فيها فيسرق منه النفس الذي يشاركه ولذلك فإنه إن لم تذكر البسمله بالكيفيه الصحيحه فإنها لا تأتي بالنتائج المرجوه.

ونريد أن ننبه أن هذه الطريقه تثبت ثبوتا ًمطلقاً أن هناك إيذاءً شيطانياً بدرجاته المختلفه ولكنها ان لم تعط أثرا فلا تنفي وجود الإيذاء لإحتمال إمكانية الشيطان عليه لعنة الله من الهروب مما تحدثه له"

الصداع – الشقيقة Migraine

(صورة ٢٥)

الصداع عبارة عن آلام تصيب الرأس، وتتخذ أشكالاً عديدة، فقد تشمل الرأس كله أو جزءاً منه، وقد يكون الألم ثابتاً أو نابضاً، وقد يصحبه غثيان أو قيء.

أما أسبابه فهي كثيرة جداً، وهو ليس مرضاً بل عَرَض لوعكة في الجسم، يعرف سببها في الغالب، كما سيأتي لاحقاً، وفي أحيان قليلة يصعب معرفة السبب.

أما الشقيقة فهي نوع من أنواع الصداع الشديد، وفي الأغلب تكون في جانب من جوانب الرأس، ويمكن أن يكون لها مقدمات؛ مثل الإحساس بشعور غريب، أو شم روائح غير مألوفة، أو اضطرابات في البصر وغيرها.

أهم أسباب الصداع:

١-الاضطرابات الهضمية، مثل: الإمساك، وغازات البطن، والتلبكات المعوية.

٢- أمراض الأسنان، مثل نخر الأسنان والتهابات اللثة.

٣- أمراض الأنف والجيوب الأنفية والأذن.

٤- السخونة لأي سبب كان.

٥- ارتفاع ضغط الدم.

٦- الغضب والتوترات النفسية والإرهاق.

وقد روي عن النبي ﷺ أنه كان يعاني من الشقيقة، فيمكث اليوم ولا يخرج.

وفي الصحيح إنه قال في مرض موته: وارأساه[١]، وكان يعصب رأسه في مرضه[٢].

(١) البخاري.
(٢) الطب النبوي لابن القيم.

فإذا أصاب إنسان صداع، فعليه أن يعرف سبب ذلك باستشارة الطبيب، فإن كان السبب شيئاً عارضاً كالإرهاق، والتوترات النفسية، أو التعرض للبرد، فيمكنه استعمال هذه الوصفات.

ما ورد عن النبي ﷺ في علاج الصداع:

١-قراءة سورة الفاتحة، والمأثور من أدعية الشفاء[١].
٢-تعصيب الرأس بالحناء[٢].

العلاج الشعبي للصداع والشقيقة:

١- توضع كمادتان أو ثلاث من ورق الملفوف (الكرنب) على منطقة الألم، وكمادة على موضع الكبد أو أسفل البطن.
٢- دهن قليل من زيت الثوم مكان الصداع، وتناول فص منه بقليل من الماء قد يقطع الصداع.
٣- يؤخذ نعناع. وريحان، وقرنفل، وتغلى، ثم يؤخذ ماؤها، ويحل ثم يشرب، أما الورق فيوضع وهو دافئ على مكان الصداع.
٤- وضع كمادات من الثلج، تُلفّ حول الرأس، لعلاج الشقيقة والصداع، وقد أجريت دراسة على ٤٥ مريضاً في جامعة اليونيس في أمريكا، تتراوح أعمارهم ما بين ١٦-٥٤ عاماً، ثم جرى تقويم النتائج بعد وضع الكمادات لفترات ما بين ٢٠- ٣٠ دقيقة، وفي ثلاث نوبات متعاقبة للصداع، وسمح لهم خلالها بتعاطي الأدوية التي كانوا يستعملونها سابقاً، فكانت النتائج كالتالي:
أ- غير مجدية ٣٥%.
ب-نافعة قليلاً ٢٩%
ج-نافعة بتوسط ٢٦.٥%
د-ممتازة ٩%

وكانت النتيجة أن ٥٨% من هؤلاء المرضى أعلنوا عن عزمهم استعمال الكمادات البادرة في النوبات القادمة[٣].

---

(١) وقد جرب ذلك أناس ثقات فوجدوا لها نفعاً عظيماً.
(٢) الطب النبوي لابن القيم (والأحاديث الورادة في هذا الباب فيها ضعف)
(٣) Modern medicine vol -7- No. 110 oct. 1990

٥- منقوع ورق الصفصاف يشرب عند اللزوم، وذلك بوضع ٢٠ غراماً من ورق الصفصاف في لتر ماء ساخن لمدة ٢٠ دقيقة، ثم يشرب عند اللزوم.

٦- العلاج بالحبة السوداء: توضع مقادير متساوية من الحبة السوداء الناعمة واليانسون ومسمار القرنفل، وتخلط معاً، وتحفظ في مكان بارد، وتؤخذ ملعقة صباحاً، وملعقة ظهراً قبل الطعام لمدة يومين أو ثلاثة، فيزول الصداع بإذن الله.

أما من كان يشكو صداعاً مزمناً دون معرفة السبب فيأخذ ملعقة متوسطة من هذا المزيج يومياً يشرب مع الماء لمدة شهرين متتاليين.

وأذكر هنا حالة تستحق الذكر:

مريض في الخامسة والثلاثين من العمر عانى من الصداع مدة عشر سنوات متتالية بصورة شبه يومية، وقد راجع الأطباء والمراكز الطبية على أعلى المستويات، وتم إجراء جميع التحاليل والفحوصات؛ حتى التصوير الطبقي للدماغ، ولم يستطع أحد معرفة السبب، ولم تعد الأدوية المسكنة للصداع مثل الأسبرين والبنادول ذات أثر يذكر، وقد ظهرت عنده أعراض التهاب المعدة من كثرة استعمال المسكنات، إلى أن جاءني وعرض عليّ مشكلته، فوصفت له هذه الوصفة، وبعد أسبوعين عاد وهو لا يكاد يصدق نفسه، وأخبرني وعلامات البهجة تغمر وجهه بأنه منذ عشر سنوات لم يذق طعم زوال الصداع مدة أسبوعين متتاليين إلا بعد استعمال هذا المزيج البسيط في تركيبته، العجيب في مفعوله، فسبحان من خلق الداء وأنزل الدواء[١].

الأدوية الحديثة:

توجد أنواع عديدة من الأدوية المسكنة للآلام في الصيدليات، وأشهر هذه الأدوية: الأسبرين والباراسيتامول (البنادول).

أما بخصوص الشقيقة، فبالأضافة إلى الأسبرين والبنادول، فإن على المريض أن يجلس في مكان هادئ، وغرفة معتمة، ويتجنب العديد من المأكولات التي قد تساعد على ظهور المرض[٢].

---

(١) هذا المريض يعمل مدرساً في إحدى قرى المدينة المنورة، وقد قمنا بعلاج الكثير من المرضى بهذه الطريقة.

(٢) مثل: الشيكولاته، والأجبان العتيقة (الشيدار والموزاريلا والسويسري والروماني)، والزبادي، ومعلبات اللحوم بجميع أنواعها، وكبدة الدجاج، والفول السوداني، وبعض أنواع

دراسة عن الأسبرين والشقيقة:

تم عمل دراسة على اثنين وعشرين ألف طبيب ذكر لمدة خمسة أعوام في جامعة هارفارد الأمريكية، حيث تم تناول قرص أسبرين من عيار ٣٢٥ مليغراماً يوماً بعد يوم، ثم استخرجت النتائج، فتبين أن نسبة حدوث الشقيقة في الذين تعاطوا الأسبرين هي (٦.١%) مقابل (٧.٦%) ممن تعاطوا حبوب الغُفْل[١]، أي نسبة مهمة وهي ٢٠%.

أما أشهر أدوية الشقيقة فهي مادة الأرجوتامين، حيث تعطى للمريض لدى إحساسه بأول بوادر ألم الشقيقة، فيتناول حبتين مرة واحدة، فإذا لم ينته الصداع يأخذ نصف حبة بعد نصف ساعة، فإذا استمر الحال يأخذ نصف حبة أخرى بعد نصف ساعة.

وتوجد تشكيلات من هذه الأدوية على شكل تحاميل وإبر أيضاً.

تجارب خاصة:

حين ينتاب بعض الناس صداع شديد غير محدد الأسباب، يحاولون تذكر نوع معين من الطعام يشعرون نحوه بشهية زائدة، وينتابهم إحساس بأن تناوله سيخفف الصداع، وفعلاً تنجح التجربة حين يتم تناول هذا الطعام، فيزول ألم الرأس بصورة عجيبة، وربما كان السبب هو وجود مادة في هذا الطعام كانت ناقصة في أجسامهم أدى تناولها إلى زوال السبب، والله أعلم.

الكيك الجاهز.

(١) حبوب الغُفل (Placebo) أي ليس لها أثر طبي.

الصداف Psoriasis

(صورة ٢٦)

الصداف مرض جلدي مزمن، يتميز ببقع جلدية مع قشور فضية بأحجام مختلفة، وتتراوح شدته من بقعة واحدة في الجسم؛ إلى احتمال شمول جلد المريض كله مع التهابات مفصلية شديدة.

وسبب الصداف لا يزال مجهولاً، وتصل نسبة حدوثه عند ذوي البشرة البيضاء نحو ٢-٤% من السكان، وتقل هذه النسبة كثيراً عند ذوي البشرة السوداء.

ويظهر المرض في الغالب ما بين سن العاشرة إلى الأربعين، وقد يظهر بدرجة اقل في الأعمار الأخرى، ويلعب العامل الوراثي دوراً مهماً في ظهور المرض.

ولا تتأثر صحة المريض العامة وقدراته المختلفة بهذا المرض؛ إلاّ إذا أصيب بنوع من الكآبة النفسية نتيجة تشوه الجلد.

الأماكن التي يظهر فيها المرض:

قد يظهر المرض في أي مكان في الجسم، ولكن أكثر المناطق تعرضاً هي فروة الرأس خلف الأذنين، وكذلك الكوعان والركبتان والظهر، وقد تصاب الأيدي والأظافر كذلك.

العوامل التي لها تأثير في مرض الصداف:

١-أشعة الشمس: يتحسن المريض في أثناء الصيف نتيجة تعرضه للأشعة فوق البنفسجية، أما في فصل الشتاء فيزداد المرض حدة وسوءاً.

٢-التوترات النفسية: تساعد على استفحال المرض، لذا فالرضا بالقضاء يساعد في تخفيف حدته.

٣-الإصابات المباشرة، سواء كانت خفيفة أو شديدة، وحتى حروق الشمس تؤدي إلى ظهور بقع الصداف في تلك الأمكنة.

٤-الغذاء: ليس له دور رئيسي في مسار المرض.

العلاج بالهدي النبوي:

الحال مع مرض الصداف كالحال مع الأمراض العنيدة التي قد تطول فترة شفاؤها، لذا فيجدر بالمسلم أن يأخذ بالأسباب المتاحة له، ويلجأ إلى الله بالدعاء، وإلى ما ورد من آيات الشفاء، وما أخبر عنه ﷺ من فضله في الشفاء، وهي للتذكرة:

١- سورة الفاتحة.

٢-الدعاء بالمأثور.

٣-شرب ماء زمزم.

٤-تناول العسل يومياً.

٥-التعرض للشمس باعتدال.

يقول ابن القيم بشأن ماء زمزم:

وقد جربت أنا وغيري من الاستشفاء بماء زمزم أموراً عجيبة، واستشفيت به من عدة أمراض فبرئت بإذن الله، وشاهدت من يتغذى به الأيام ذوات العدد تقريباً من نصف الشهر أو أكثر، ولا يجد جوعاً، ويطوف مع الناس كأحدهم(١).

ومن المعلوم أن الدراسات والأبحاث والتجارب الطبية والشعبية تكون كثيرة جداً فيما يخص الأمراض المزمنة التي ليس لها علاج حاسم، ونطالع في كل عدد من المجلات الطبية آخر الدراسات والأبحاث حول هذا الموضوع، ومن ذلك:

١- دهن بقع الصداف بزيت السمك، مع التعرض لأشعة الشمس، يعطي نتائج أفضل من زيت الزيتون(٢).

٢-أخذ حمام منتظم لعدة أسابيع في البحر الميت، يؤدي إلى تحسن كبير، وانحسار واضح في الصداف، ويعود ذلك إلى وجود أملاح وكيماويات مختلفة في مياه البحر توقف النشاط الزائد لبعض الأنزيمات في جلد المصابين(٣).

---

(١) الطب النبوي لابن القيم – فضل ماء زمزم.

(٢) British Medical Dermatology 1989 (801- 7)

(٣) International Journal of Dermatology 1989 (1-9)

٣-العلاج بالصوم الطبي: وذلك لفترات طويلة تحت إشراف الطبيب، (الامتناع عن جميع أنواع الطعام ما عدا الماء) قد يؤدي إلى الشفاء.

العلاجات الشعبية:

١-العلاج بالحبة السوداء: يضاف إلى كوب من الحبة السوداء الناعمة كوبان من خل التفاح، ويسخن الخليط على نار هادئة لمدة دقيقتين، ثم يضاف إليه كوب من زيت الحبة السوداء، وبالإمكان إضافة محلول النشا بدلاً من زيت الحبة السوداء حتى يتماسك الخليط، ويصبح سهلاً للدهان، ثم يدهن الجزء المصاب مرة واحدة يومياً قبل النوم، ثم يوضع شاش عليها لمنع تناثر الدواء، تستعمل لمدة شهرين، وصلاحية الدواء ثلاثة أسابيع، على أن يُحفظ بالثلاجة[١].

٢- لبخات بذر الكتان:

تعمل اللبخات من البذر المسحوق أو دقيقه، وذلك بمزجه مع الماء الساخن، حتى يصبح عجينة مرنة، تفرد بين طبقتين من الشاش، وتوضع فوق الموضع المراد معالجته، وتغطى بقطعة أكبر من نسيج صوفي، ويتم استعمالها يومياً من المساء حتى الصباح ثم تغسل. تكرر حتى تخف الأعراض.

٣-تناول الأعشاب ذات الخاصية المضادة للسموم (Antioxidants)، التي لها دور فعَّال في تخفيف حدة الصداف، وكذلك الأعشاب المقوية للكبد.

٤-استطاع العديد من الأطباء الذين يتعاملون بالأعشاب والعشابون من تركيب مراهم مختلفة من الأعشاب ومشتقات النحل (العِكْبَر وشمع النحل) لها فاعلية كبيرة في علاج بقع الصدفية.

٥- وقد قمت بتجهيز تركيبة عشبية أسميتها (صدفونيل)، عالجت بها المئات من مرضى الصدفية وكانت النتائج ناجحة جداً، والشفاء كامل بفضل الله بنسبة تصل إلى أكثر من ٨٠% من الحالات.

---

(١) الشفاء في الحبة السوداء – كيمائي: طيب بن عبدالله الطيب.

العلاجات الحديثة:

وهي كثيرة جداً، وتتفاوت في الشدة وطرائق الاستعمال حسب حالة المريض، ويمكن بواسطتها تحجيم المرض، ولكن المشكلة تكمن في غلاء سعرها، ووجود مضاعفات جانبية لها، وهي تشمل:

١- المراهم الموضعية من مادة الكورتيزون، وحامض السالسياليك، والقطران.

٢- الأشعة فوق البنفسجية.

٣- الأدوية المضادة لعملية الأيض أو (مضاد المستقلب).

٤- علاجات أخرى متفرقة.

وجميع هذه العلاجات لابد أن تكون تحت إشراف الطبيب وهي ذات مفعول مؤقت في أغلب الأحيان.

فرط ضغط الدم

(صورة ٢٧)

إن فرط ضغط الدم هو من أمراض العصر التي ظهرت مع ظهور السمنة، وتصلبّ الشرايين وحياة الدّعة والخمول، وظهور السيارات في المجتمعات الإنسانية.

ويعرف فرط ضغط الدم بأنه ما زاد على ١٤٠ ملم زئبقي بالنسبة للضغط الانقباضي، و ٩٠ ملم زئبقي بالنسبة للضغط الانبساطي، وينقسم قسمين:

أ-فرط الضغط الأساسي، ويشكل نحو ٩٠% من الحالات، حيث لا يعرف لها سبب محدد.

ب-فرط الضغط الثانوي، ويشكل ١٠% من الحالات، وتكون له أسباب مختلفة، مثل:

١-أمرا ض الكلى.

٢-أمراض الغدد الصماء.

٣-أمراض القلب.

٤-أمراض أخرى متفرقة.

لذا فإن أي مريض يشكو من فرط ضغط الدم لأول مرة، وبخاصة إن كان دون الأربعين من العمر، فعليه أن يخضع لبعض التحاليل التي قد تكشف السبب وراء ظهور المرض.

وكما هو الحال في مرض داء السكري، فإن ضغط الدم الأساسي، والذي يشكل ٩٠% من الحالات ليس له علاج ناجح يوقفه، بل على المريض أن يتناول الحبوب أو الأعشاب حتى انتهاء أجله، (تستثنى بعض الحالات التي تتناول الأعشاب والغذاء الصحي و التي قد تتحسن مع مرور الوقت).

ولابد من تذكير المصاب أن للمرض مضاعفات قد تشمل العديد من أجزاء الجسم إن هو أهمل في مراقبة مرضه وعلاجه، ومن هذه المضاعفات:

١-أمراض القلب، مثل: فشل القلب، والذبحة الصدرية، والجلطة.

٢-أمراض الدماغ، مثل: النزف، والجلطة، والشلل المؤقت.

٣-أمراض الشرايين المختلفة.
٤-أمراض العيون التي تؤثر في الشبكية، وقد تؤدي إلى العمى.
٥-أمراض الكلى.

نصائح عامة لمرضى فرط ضغط الدم:

١-الالتزام بقاعدة الثلث في الطعام، والاجتهاد في صوم النافلة، لأن، ذلك يؤدي إلى خفض حدة المرض كثيراً، أمّا إن كان المرض خفيفاً فيمكن أن يشفى المريض من مرضه، طالما داوم على هذه العادة الحميدة، ولقد رأيت بنفسي بعضاً من مرضى فرط ضغط الدم يستغنون عن العلاج في أثناء شهر رمضان المبارك.

٢-الابتعاد عن تناول الملح، والاكتفاء بقدر يسير منه وأذكر حادثة أخرى لمريضة كبيرة السن تشكو من فرط ضغط الدم، منعها الأطباء من تناول الملح، وفي أحد الأيام أحضر أولادها سمكاً مملحاً (الفسيخ)، وبدؤوا في تناوله، فاشتهته نفسُها، فطلبت وألحّت أن تذوق لقمة واحدة برغم نصائح أولادها، وما إن أكلتها حتى فقدت وعيها، وحين أفاقت وجدت نفسها في قسم العناية المركزة في المستشفى[١].

٣- مزاولة التمارين الرياضية، وبخاصة الهرولة، فإذا لم يتمكن الإنسان من ذلك فعليه المشي السريع لمدة لا تقل عن ثلث ساعة متواصلة.

٤- تخفيف الوزن إلى معدله الطبيعي.

وأذكر هنا حالة (أ. م. ن) شاب يبلغ من العمر ٢٣ عاماً يزن ١٠٠ كيلو غرام وطوله ١٦٨ سم جاءني يشكو من الصداع المتكرر، فاكتشفت أن ضغط دمه قد ارتفع إلى (١٤٠/ ١٠٥)[٢] فنصحته بتخفيف وزنه واعتماد رياضة المشي يومياً لمدة تزيد على نصف ساعة، وفعلاً قام بذلك بهمة وعزيمة وراجعني بعد ثلاثة أسابيع فكان ضغط الدم ١٣٠/ ١٠٠، ثم راجعني بعد ثلاثة أشهر فكان الضغط ١٣٠/ ٩٠، وانخفض وزنه إلى ٨٥ كلغ.

العلاجات الشعبية لفرط ضغط الدم:

١- تناول فصين من الثوم يومياً.

---

(١) وذلك نتيجة لارتفاع الضغط المفاجئ الحاصل بعد تناول الملح المركز؛ مما أدى إلى الغيبوبة، وقد يؤدي إلى النزف أيضاً.
(٢) تم القياس في جلستين منفصلتين بينهما (٣) أيام. راجع ايضاً كتابنا (المؤمن القوي)

والحقيقة إن الثوم أصبح علاجاً من العلاجات المعتمدة في الطب الحديث، وقد تمت دراسة مكوناته المختلفة، وأثرها في الضغط وغيره، حيث تقول الأبحاث[١]:

تبدأ التأثيرات السريرية للثوم بعد تناول ٣٠٠- ٦٠٠ مليغرام من بودرة الثوم يومياً، حيث يحتوي الثوم على المادة الفعالة المسماة (الليسين) Alicine، وتتكون هذه المادة نتيجة لامتزاج أنزيم الألينيز Alinase ومادة اللين Alliin، وهذان الأخيران يوجدان في خلايا الثوم بشكل منفصل، وحين يتهشم الثوم يمتزج الاثنان ليُكوِّنا المادة الفعالة (الليسين)، ولكن هذه المادة لا تعيش أكثر من يوم واحد، حيث تتخلل إلى الدايسلفايد Disulphide.

ومن الملاحظ أن مادة (اللين) يختلف تركيزها في أنواع الثوم المختلفة، ولا يمكن تحديد كميتها من المشتري أو المستهلك.

وقد قامت إحدى شركات الدواء بعمل حبوب من الثوم بتركيزات مختلفة، وتم تسويقها في بريطانيا وألمانيا.

وفي دراسة استغرقت ٣ سنوات على مرضى بالجلطة القلبية، باستعمال حبوب الغُفل تبين أن نسبة الوفيات فيمن استعملوا الثوم كانت نصف نسبة الآخرين ممن لم يستعملوه، أما الذبحات الصدرية غير القاتلة فقد انخفضت بنسبة الثلث.

٢- تناول المستخلص المائي لكؤوس أزهار الكركديه.

٣- تناول (٥٠- ١٤٠) غم عسل يومياً.

٤- ملعقة متوسطة من الحبة السوداء + ملعقة كبيرة من العسل + فص من الثوم المهروس، تمزج المقادير جميعها، ويؤخذ يومياً صباحاً على الريق.

٥-تناول ملعقة كبيرة من زيت الزيتون النقي يومياً.

٦- مغلي أوراق الزيتون – كوب إلى كوبين يومياً – لهما أثر جيّد في تخفيض الضغط.

٧- مغلي ثمار وأوراق الزعرور البري.

---

(١) Medicine digest jan. 1990

العلاجات الحديثة لفرط ضغط الدم:

توجد أنواع كثيرة من هذه العلاجات، كل دواء يعمل بطريقة خاصة، وعلى مستعملها أن يداوم عليه إلى أجل مسمى، ونلاحظ أن المرضى تختلف استجاباتهم باختلاف الأدوية، ويستطيع الطبيب أن يجد لمريضه أنسب العلاجات التي يكون لها أثر جانبي خفيف فيه، وأهم هذه الأنواع:

١- مدرات البول: مثل: ديازايد، ولازيكس.

٢- محصرات البيتا Beta Blockers مثل: الأندرال والتنرمين.

٣- محصرات الكالسيوم، مثل الأدالات.

٤- الأدوية التي تعمل على المراكز الخاصة بتنظيم ضغط الدم في الجهاز العصبي المركزي، مثل: الألدوميت والبينارديين، والعديد من الشركات تقوم بمزج بعضٍ من هذه المواد لتخرج بأنواع جديدة من الحبوب لزيادة فاعليتها.

ولكن المشكلة في هذه العلاجات هي غلاء أسعارها في الدول التي لا يوجد فيها تأمين صحي، مما يثقل كاهل المواطن ذي العيال، إذ يفترض به أن يستمر في استعمالها إلى ما شاء الله، فيحرم هو وعياله من الانتفاع بماله في ضروريات حياته.

ملحق

نصائح غذائية طبيعية للتخلص نهائياً من ارتفاع ضغط الدم

إن كثرة الصوديوم (ملح الطعام) ترفع ضغط الدم بطريقتين: الأولى – وكما يعلم جميع الأطباء – يكون في حبس كثير من السوائل في الدم، أما الدور الثاني المهم جداً، والذي يُهمل في معظم الأحيان هو أن الأملاح في الجسم لها علاقة وثيقة ببعضها بعضا، ومن أهمها هو ثنائي الصوديوم والبوتاسيوم. إن انتقال هذين الملحين من خلال جدار الخلية يولد شحنة كهربية لها دور كبير في وظائف الجسم، وهي تسمى في الطب مضخة الصوديوم والبوتاسيوم ، وهذه الشحنات الكهربية تولد وتشحن عمليات خلوية أخرى تسمى مضخة الكالسيوم وهي التي تحافظ على المستوى المناسب للكالسيوم في الخلايا، فإن ازدادت نسبة الكالسيوم داخل جدران الشرايين، فإن عضلات جدارها تنقبض مما يساعد في زيادة ضغط الدم.

إن الكالسيوم الموجود داخل الخلايا يتداخل مع الأنسولين في وظيفته، لإدخال الجلوكور إلى داخل الخلايا، مما يؤدي إلى تراكم كميات كبيرة من الأنسولين والجلوكوز في مجرى الدم، وهذه الحالة تسمى مقاومة الأنسولين Insulin resistance، والتي تساعد في رفع ضغط الدم، وارتفاع نسبة الكولسترول والدهنيات الثلاثية وظهور السكري غير المعتمد على الأنسولين NIDDM.

ومن المعلوم أن البوتاسيوم يوجد في الخضار والفواكه الطبيعية بنسبة أربعة أضعاف الصوديوم، هذه النسبة يجب المحافظة عليها في المأكولات اليومية، لكي نتجنب ارتفاع ضغط الدم.

وقد قام البروفيسور البرتو أشيريو في كلية الطب بجامعة هارفارد بدراسة على ٤٣ ألف رجل تراوحت أعمارهم ما بين ٤٠-٧٥ عاماً لمدة ثماني سنوات حيث وقعت ٣٢٨ حالة جلطة دماغ في هذه المجموعة، وقد لاحظ الدكتور أشيريرو أن الأشخاص الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم كانت نسبة الجلطات لديهم أكثر من غيرهم بـ ٢.٨ ضعفاً. وقد لوحظ أن الأشخاص الذين يتناولون كمية أكبر من البوتاسيوم كانوا أقل عرضة من غيرهم لهذه الجلطات حتى ولو كان لديهم ضغط مرتفع. وفي دراسة أخرى نشرت في

مجلة The New England Jordan of Medicine أظهرت أن زيادة ما مقداره ٣٩٠ ملغم من البوتاسيوم يومياً قلل نسبة جلطة الدماغ بنسبة ٤٠% خلال مدة الدراسة وهي ١٢ عاماً بغض النظر عن مستوى ارتفاع ضغط الدم. ويذكر في تاريخ الطب القديم أن الأطباء كانوا يركزون على المأكولات التي تحتوي على كميات كبيرة من البوتاسيوم؛ لمعالجة ارتفاع ضغط الدم، بينما أطباء اليوم يركزون فقط على تخفيف كمية ملح الصوديوم في الطعام.

إن أسهل طريقة لإعادة النسب الطبيعية لكل من البوتاسيوم والصوديوم في الجسم هي تناول الخضار والفواكه الطازجة بكثرة. فالكثير من هذه الخضار يحوي نسبة صوديوم إلى البوتاسيوم نحو ١: ٥٠ ،وهناك فواكه مثل الموز نسبة الصوديوم إلى البوتاسيوم فيها ١: ٤٤٠ ،بينما في البرتقال ١: ٢٦٠. ولذلك فإن تناول الأطعمة والخضار الطبيعية الطازجة بكثرة بدلاً من الإكثار من المأكولات المطبوخة، ومأكولات المطاعم المليئة بملح الطعام تساعد في التخلص من ارتفاع ضغط الدم دون اللجوء إلى الأدوية، ومدرات البول التي تطرد البوتاسيوم من الجسم مع معادن أخرى كثيرة.

ومن الضروري معرفة أن الجسم بحاجة إلى ملح الصوديوم بكمية لا تزيد على ٢.٤ جم في اليوم وإن ٨٠% من هذه الكمية تكون موجودة في الأطعمة الجاهزة مثل الأجبان والزيتون واللحوم المعلبة والخضار المعلبة والكاتشب... الخ فلا داعي لزيادة كمية الملح بالرش على الطعام من علبة الملح في المنزل. وقد بدأت بعض الشركات بإنتاج حبوب البوتاسيوم؛ لإضافتها إلى الطعام تحت مسميات عدة للمساعدة في إيجاد التوازن الصحيح لملح البوتاسيوم في الجسم.

ولعمل برنامج يؤدي إلى زوال ضغط الدم عن الإنسان نهائياً، يمكن اتباع النصائح التالية وتعديلها حسب ظروف الشخص:

- تناول خضار وفواكه طازجة بكميات كبيرة يومياً مع الوجبات، أو دون الوجبات، وينبغي أن تكون نسبة البوتاسيوم إلى الصوديوم في المحصلة النهائية للطعام اليومي هو ١، فمثلاً لو تناول الإنسان سندويش فلافل أو شاورما، فالمتوقع أن تكون فيها نسبة الملح حوالي نصف غرام، فإذن لمعادلة ملح الصوديوم ينبغي تناول ٢ غرام من أملاح البوتاسيوم وهي موجودة في الفواكه والخضار الطازجة بالكميات التالية:

المادة الغذائية	بوتاسيوم/ ١٠٠غم	المادة الغذائية	بوتاسيوم / ١٠٠غم	المادة الغذائية	بوتاسيوم / ١٠٠غم

البلح أو التمر	٧٩٠ ملغم	اللوبيا	١٣١٠	البقدونس	٨٨٠
البطاطا	٧٨٠	الجرجير	٦٠٦	الفاصولياء	٦٥٠
البندورة	٤٤٤	الثوم	٥١٥	الملفوف	٢٦٦
الموز	٤٤٠	القرنبيط	٣٥٠	الشمندر	٣٠٠
الخس	١٤٠	البصل	١٣٠	الكوسا	٢٠٠
البرتقال	١٧٠	الخيار	١٤٠	الدراق	١٦٠
التفاح	١١٦	المشمش	٤٤٠	العنب	٢٥٠
التين	١٩٠	الكرز	٢٦٠	الشمام	٢٣٠
الفلفل الحلو	٢١٠	الملفوف	٣٧٠	العسل	٥١

مع ملاحظة أن الطبخ والتثليج للمواد الطازج يفقدها الكثير من البوتاسيوم، بينما التجفيف يحتفظ بالبوتاسيوم كما هو. والمتأمل للجدول أعلاه يلاحظ أن كمية البوتاسيوم في البلح أو التمر عالية جداً، وهي تشجع الإنسان على تناوله يومياً، فتناول ثلث كيلو غرام منه يومياً يوفر جميع احتياجات الجسم في ذلك اليوم (بشرط أن لا يكون الشخص مصاباً بالسكري)، ولكن لا داعي لذلك إذ يمكن تناول نحو ١٠- ١١ حبة منه في اليوم والتي تزن نحو (١١٠ غم) فتعطي نحو غرام واحد أي (١٠٠٠ ملغ) من البوتاسيوم. كما أن شرب كوب من عصير البندورة الطازجة يعطي نحو (١٠٠٠ ملغ) من البوتاسيوم أيضاً. كما أن تناول موزتين متوسطتي الحجم تعطيان أيضاً نحو (١٠٠٠ ملغ) بوتاسيوم كذلك. لذا يفضل أن يضع الإنسان الطريقة والغذاء الأنسب، لكي يحصل على ما يريد من البوتاسيوم في طعامه. ونحن ننصح بوضع صحن من السلطة بحيث يتم تناوله بالملعقة، وهذا الصحن يحتوي على تشكيلة من الخضار منها: البندورة والبقدونس (لاحظ النسبة العالية للبوتاسيوم في البقدونس) والخيار والملفوف والجرجير والخس.

- تجنب اللحوم بكافة أشكالها، وألوانها لمدة أسبوعين فقط (يستثنى من ذلك لحم السمك الأبيض)، وبعد ذلك يمكن تناول اللحوم، ولكن بكميات محدودة ولحم الدجاج أقل ضرراً من اللحم الأحمر.
- تجنب الأجبان المالحة والزيتون والمخللات، وغيرها من المواد الغذائية ذات المحتوى العالي من ملح الصوديوم والمواد المنبهة مثل الكاكاو والقهوة والشاي الثقيل، واستبداله بالشاي الأخضر.
- تجنب التدخين نهائياً.
- المشي يومياً أو يوماً بعد يوم لمدة لا تقل عن نصف ساعة متواصلة (راجع كتاب المؤمن القوي للمؤلف).

- شرب ما لا يقل عن ١٢ كوباً من الماء النقي يومياً موزعة بالتساوي على النهار (ينبغي الانتباه لمن يعانون من أمراض القلب وأمراض الكلى).

ملاحظة:

قد يؤدي اتباع هذا البرنامج ممن يعانون من ارتفاع ضغط الدم، وهم مواظبون على تناول أدوية الضغط إلى انخفاض الضغط لديهم بصورة سريعة، لذا فقد يحتاجون إلى قياس ضغطهم عدة مرات يومياً، للتأكد من ذلك، ولتخفيف جرعة أدوية الضغط تبعاً لهذا التغيير.

أما الأعشاب التي تساعد في خفض ضغط الدم، ويمكن شربها مغلية كالشاي صباحاً أو مساءً حسب الرغبة فهي: الكركديه، ورق الزيتون، الشعير.

وكذلك تناول الثوم مع السلطات أو بتقشيره ثم تقطيعه ثم بلعه مع قليل من اللبن (على من يعانون من قرحة في المعدة تجنب هذه الطريقة واستخدام كبسولات الثوم المتوافرة في الصيدليات).

كما يمكن تناول شراب الأعشاب الطبيعي (منقي الدم)، والذي يحتوي على أعشاب مضادة للسموم والكيماويات Antioxidants، فيسارع في عودة الجسم إلى عافيته.

وختاماً:

ينبغي لمتبع هذا البرنامج أن يعي بأنه برنامج يهدف إلى التخلص من ارتفاع ضغط الدم نهائياً، وعدم الحاجة إلى تناول أية أدوية كيماوية، وذلك من خلال عكس جميع أسباب المرض، والعودة إلى الفطرة الطبيعية للجسم، ولا يخفى على اللبيب أن هذا البرنامج بحاجة إلى بضعة أشهر، لكي يؤتي ثماره المرجوة، مع ملاحظة أن النتائج قد تكون خلال فترة وجيزة كما أسلفنا (خلال أسبوعين) ولكن بالصبر والمثابرة لابد من النجاح الكامل بعون الله تعالى.

العقم

يعرف العقم بأنه عدم حدوث حمل عند الزوجة خلال عام من الزواج، دون استعمال أية وسيلة لمنع الحمل، وتصل نسبة العقم إلى ١٥% في حالات الزواج في بعض البلاد.

أما الأسباب فيمكن تحديدها في ٩٠% من الحالات، بينما الباقي لا يعرف لها سبب محدد، ومن هؤلاء الـ ٩٠% يمكن معالجة ٤٠% منهم فقط.

ومن كل ١٠٠ حالة عقم نجد أن ٤٠% منهم يكون سبب العقم من الزوج و ٥٠% من الزوجة، و ٥% أسبابها محددة في عنق الرحم (عدوانيته)، و ٥% الأخيرة لا يمكن معرفة السبب.

وحيث إن فحوصات العقم عند النساء تكلف مصاريف كثيرة وأوقات طويلة، فمن المستحسن البدء بفحوصات الرجل، حيث يعطي تحليل المني صورة واضحة عن حالة الإخصاب لديه.

أما أسباب العقم عند الرجال فكثيرة جداً، منها:

١- أسباب هرمونية.

٢- التهاب جرثومية للخصيتين.

٣- دوالي الخصية.

٤- عدم نزول الخصيتين إلى كيسهما.

٥- التعرض لإصابات مباشرة، أو كثرة التعرض لأشعة إكس، أو إشعاعات من أنواع أخرى.

٦-أسباب أخرى متفرقة.

ومن هذه الأسباب المتفرقة: السحر، حيث نكتشف أن الزوج والزوجة في حالة صحية ممتازة، ولكن توجد إشارات غريبة في حياتهما مثل: الأحلام المخيفة والكوابيس المتكررة، وبعض السلوكيات غير المبررة، فبعد القراءة على واحد منهما أو كليهما، نجد أن المصاب تظهر عليه علامات غير متوقعة مثل: الصداع الشديد أو الرغبة في القيء أو الدوار أو ألم مفاجئ في الصدر أو الذراع... الخ وبعد التحريّ والتدقيق يتبيّن أن هناك سحراً يتم عمله لهما،

لكي لا ينجبا بناء على خلافات عائلية لا تخفى على من يعيش في مجتمعاتنا العربية.

أما أسباب العقم عند النساء، فهي أيضاً كثيرة، ومنها:

١-أسباب هرمونية: زيادة إفرازات الغدة النخامية، وغدد أخرى.

٢-أسباب عضوية في الجهاز التناسلي للمرأة:

أ-المبيضان.

ب-الرحم.

ج-قنوات الرحم.

د-عنق الرحم.

٣-أمراض عامة مثل الداء السكري.

٤-عيوب خلقية.

٥-أسباب مناعية (Antisperm Antibody).

العلاج:

يقول سبحانه وتعالى: ﴿لِّلَّهِ مُلْكُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ ۚ يَخْلُقُ مَا يَشَآءُ ۚ يَهَبُ لِمَن يَشَآءُ إِنَٰثًا وَيَهَبُ لِمَن يَشَآءُ ٱلذُّكُورَ ﴿٤٩﴾ أَوْ يُزَوِّجُهُمْ ذُكْرَانًا وَإِنَٰثًا ۖ وَيَجْعَلُ مَن يَشَآءُ عَقِيمًا ۚ إِنَّهُۥ عَلِيمٌ قَدِيرٌ﴾ [الشورى: ٤٩-٥٠].

فيجب على المسلم أن يرضى بقضاء الله وقدره بعد أن يأخذ بالأسباب، فإن كان هناك سب للعقم يمكن علاجه، فذلك فضل من الله الذي أنزل الداء، وأنزل معه الدواء، وإن كانت الأسباب مما لا يمكن علاجها، فلابد أن لذلك حكمة من الله سبحانه وتعالى تخص ذلك الإنسان، سواء كان رجلاً أم امرأة، فقد يجعله الله في موقع مناسب لما ابتُلي به أو بها، والقصص والعبر في ذلك كثيرة جداً، فسبحان مدبّر الأحوال[١].

والأسباب من ناحية علاجها تنقسم إلى قسمين:

---

(١) ومن ذلك: أخوان تزوجا اختين، واحد منهما لم ينجب والآخر أنجب طفلين، وبعد فترة جرى حادث لوالد الطفلين فمات. ولم تطق زوجته المكوث مع الطفلين (وكانت من بلد مجاور)، فتركتهما وعادت إلى أهلها. فقام الأخ غير المنجب وزوجته برعاية الطفلين وكأنهما ولديهما!!

١- **قسم يستحيل علاجه من ناحية الأسباب، والمسببات مثل: أن تكون الخصيتان عند الرجل لا تعملان أصلاً، أو لوجود عيوب خلقية في المبايض عند المرأة أو الرحم.. الخ.**

٢- **قسم غير معروف السبب، حيث تدل الأبحاث والتحاليل على أن أمور الزوجين طبيعية مئة بالمئة، وهؤلاء قد ينجب بعض منهم فجأة طفلاً واحداً فقط، وتنقطع الذرية من جديد، وقسم آخر قد ينجب بنين وبنات عديدين، وهذا أمر مشهود ومعروف.**

وهذا النوع من الأزواج لا بأس أن يأخذ بالأسباب، ويتعالج دون هلع شديد، أو أن يستميت بأن يدفع كل ما يملكه، أو يذهب إلى المشعوذين والدجالين وغيرهم، بل يمضي بالأسباب حسب سنّة الله ورسوله متوكلاً على الله راجياً فضله، فإن تيسر له الأمر حَمِدَ الله، فكان من الشاكرين، وإن لم يُقَدّر له ذلك حمد الله فكان من الصابرين، أما إن كان السبب من الزوجة ففي الإسلام سعة للزوج من مثنى وثلاث ورباع، بشرط أن يكرمهن جميعاً، ويعدل بينهن.

العلاج بالدعاء:

جاء رجل من الأنصار إلى النبي ﷺ، فقال: يا رسول الله ما رزقت ولداً قط ولا ولد لي، قال ﷺ: "فأين أنت من كثرة الاستغفار، وكثرة الصدقة ترزق بها؟" قال: فكان الرجل يكثر الصدقة، ويكثر الاستغفار، قال جابر: فولد له تسعة ذكور[(١)].

وقال رسول الله ﷺ فيما يرويه ابن عباس :

«من أكثر من الاستغفار جعل الله له من كل همٍ فرجاً، ومن كل ضيقٍ مَخْرجاً، ورزقه الله من حيث لا يحتسب»[(٢)].

يقول سبحانه في سورة نوح: ﴿فَقُلْتُ ٱسْتَغْفِرُوا۟ رَبَّكُمْ إِنَّهُۥ كَانَ غَفَّارًا ﴿١٠﴾ يُرْسِلِ ٱلسَّمَآءَ عَلَيْكُم مِّدْرَارًا ﴿١١﴾ وَيُمْدِدْكُم بِأَمْوَٰلٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّٰتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَٰرًا﴾ **[نوح: ١٠-١٢].**

---

(١) رواه الإمام أبو حنيفة في مسنده عن جابر (منهج التربية النبوية للطفل المسلم) محمد نور سويد ص ٤٨.

(٢) مسند الإمام أحمد ٢٤٨/١.

وأذكر حكاية أخ سوداني نحسبه من الصالحين، ولا نزكيه على الله، رأى في منامه رسول الله ﷺ في عدة ليالٍ متتالية يدلّه على وصفة يعالج بها العقم، وذلك بقراءة آيات معينة على حجر النطرون، وتؤخذ أجزاء بسيطة من هذا الحجر المحليَّ يومياً بالماء حتى يتناوله كاملاً. وقد رزق الله أقواماً بهذه الطريقة، ولم يرزق آخرين[١].

علاجات شعبية للعقم:

١- تناول طلع النخل مع العسل يقوي الغريزة الجنسية عند الرجل والمرأة، مع عمل تحميلة من طلع النخل للمرأة قبل الاتصال الزوجي، يساعد على الحمل بإذن الله، حيث تم اكتشاف وجود هرمون الاسترون Estrone في غبار الطلع.

٢- يقول الأطباء الشعبيون في المدينة المنورة: أن غلي نبتة (كف مريم) Anastatica hierochuntia، وشرب مغليّها يؤدي إلى حصول حمل بإذن الله.

وبالرجوع إلى المراجع العلمية وجدت أن هذه النبتة تحتوي بعض الهرمونات الجنسية ومواد أخرى، وأنها تستعمل في إدرار الطمث، وضد الصرع، والصداع، ونزلات البرد.

وقد قمت بتجهيز خلطة عشبية أسميتها " هرمونيل" تقوي المبايض، وتساعد في تكبير البويضات وتنظم الهرمونات، مما يسهم في حدوث الحمل لدى النساء اللاتي يعانين من هذه المشاكل، كما كان استخدام خلطات عشبية أخرى للرجال ذات فائدة كبيرة أدت إلى حدوث الفرج للكثير من الأزواج بفضل الله تعالى.

العلاجات الحديثة:

أنواعها كثيرة، وتختلف باختلاف السبب الموجود، وهي تتراوح ما بين طمأنة المريض، واعطاء شيء من المقويات، مروراً بالحبوب الهرمونية والإبر. ثم استكشاف البطن عند الإناث، وانتهاءً بالعمليات الجراحية المختلفة سواء للذكور أو الإناث، وهي أمور تستغرق الوقت الطويل، وتستنفد الجهد الكثير، ولكن هذا هو حال الإنسان، ولابد لسنة الله أن تمضي في خلقه،

(١) وقد عرض هذا الرجل رؤيته على أساتذة في الجامعة الإسلامية، فأجازوا له استعمالها، وقالوا إنها رؤيا حق وصدق.

وأعرف أناساً كثيرين استفادوا من هذه المعالجات، وآخرين عادوا بخفي حنين.

الفواق (الزغطة)

سببها:

استثارة في عصب الحجاب الحاجز، مما يؤدي إلى ظهور هذه الأعراض.

علاجها:

قد تنجح مع المريض واحدة من هذه الطرائق:

١- شرب عصير البرتقال الطازج.

٢- تناول ماء ساخن جداً، أو ماء بارد جداً.

٣- تناول ملء ملعقة صغيرة من عصير البصل.

٤- استعمال مناورة فالسلفا: Valsalva، وذلك بإغلاق الفم والأنف بالأصابع، ثم محاولة دفع الهواء إلى الخارج بقوة، مع الاستمرار بإغلاق الفم والأنف، إلى أن يحس المريض بأنه لا يستطيع الاستمرار أكثر من ذلك فيتنفس، وله حرية تكرارها عدة مرات.

٥- وضع كيس ورق أمام الوجه والتنفس فيه، وأخذ النفس منه لمدة ٣-٥ دقائق.

٦- شرب أدوية مضادات الحموضة.

٧- تناول حبة من مضادات المغص.

قرحة المعدة والإثنا عشر

(صورة ٢٨)

يعتبر هذا المرض من أشهر الشكاوى التي يراها الأطباء في عياداتهم في هذا الزمان، وبخاصة للمرضى الذين هم في العقدين الثالث والرابع من العمر، وتراوح أعراضها من عدم وجود أي شكوى لدى المريض، إلى الآلام الشديدة في أعلى البطن، مع نزف أو انفجار للقرحة في أحيان أخرى، وهي عند الرجال أكثر من النساء.

وتتشابه أعراض قرحة المعدة مع أعراض قرحة الإثنا عشر في أمور، وتختف معها في أخرى.

أعراض قرحة المعدة:

١-ألم في أعلى البطن.
٢-يخف الألم مع شرب الحليب أو مضادات الحموضة.
٣-في الغالب يتناقص وزن المصاب.
٤-أحياناً ربما يستفرغ المصاب دماً، أو يخرج الغائط بلون الزفت.
٥-يتألم إذا تناول مأكولات حارة أو مبهرة.
٦-يكثر عند ذوي فصيلة الدم A+.

أعراض قرحة الإثنا عشر:

١-ألم في أعلى البطن، وربما إلى اليمين قليلاً.
٢-يخف الألم مع تناول الطعام، ويزداد مع الجوع.
٣-يزداد وزن المريض في الغالب.
٤- قد يصحو المريض من نومه في آخر الليل بسبب الألم، فيتناول شيئاً من الطعام فيستريح.
٥- يكثر عند ذوي فصيلة الدم O +.
٦- قد ينتشر الألم إلى الظهر في حالة اشتداد القرحة.

أسباب القروح الهضمية بشكل عام:

١- عوامل وراثية.

٢- عوامل بيئية: حيث لوحظ وجود هذا المرض في بيئات معينة أكثر من غيرها، دون وجود سبب واضح.

٣- تناول بعض أنواع الأدوية لمدة طويلة، وبخاصة الأسبرين والكورتيزون، ومضادات الروماتيزم.

٤- كثرة التوترات النفسية.

٥- التدخين.

٦- التهابات جرثومية؛حيث اكتشفت الجرثومة الحلزونية Helicobacter Pylori تساعد في ظهور المرض.

نصائح عامة:

١-الابتعاد عن التدخين.

٢-الامتناع عن تناول الأدوية المضادة للروماتزم والأسبرين، وفي حالة وجود آلام في الجسم يُكتَفى بالبنادول أو تحاميل شرجية.

٣-الابتعاد عن المأكولات التي تؤذيه، مثل الطماطم، والمقالي، والبهارات، والفلفل، وغيرها.

٤- صوم النافلة يريح المعدة، ويساعد على الشفاء.

العلاجات الشعبية:

١-العسل.

ثبت بالتجربة العملية أن للعسل أثراً كبيراً في شفاء قروح المعدة والإثنا عشر، وذلك بالطريقة التالية:

- ملعقة كبيرة من العسل، تمزج مع مثلها من الماء، وتعطى قبل الإفطار بساعة ونصف الساعة، وقبل الغداء بساعة ونصف الساعة، ومثلها بعد العشاء بساعتين، وذلك لمدة شهر. وقد ثبت بالتجارب العلمية حدوث نتائج ممتازة لدى الكثيرين ممن استعملوا هذه الطريقة[١].

وقد قمت بوصف هذه الطريقة لعدد من المرضى الذين يعانون من قرحة الإثنا عشر، حيث تم تشخيصهم عن طريق الأشعة والتنظير، وخضعوا لعلاجات طويلة الأمد لأحدث الأدوية الغريبة، حيث تحسنت حالهم لفترة معينة، ثم عادت لهم الأعراض مرة أخرى، وحين استعملوا هذه الطريقة وصفوها بأنها أفضل من الأدوية الحديثة، بالإضافة إلى النشاط والحيوية،

(١) انظر كتاب: نحل العسل في القرآن والطب د/ محمد علي البني ص ٩٢.

وتحسن الصحة بشكل عام الذي لمسوه في أثناء تناولهم للعسل. ويجوز إضافة مغلي قشر الرمان للمزيج، أو تناول بعض من شمع العسل، حيث وجدت فوائدُ لذلك أيضاً[١].

٢-يتم عجن الحنّة الحمراء، بعد إضافة قليل من الماء، وتقسم إلى كرات صغيرة، وتبلغ بحدود ٦ حبات في اليوم.

٣-تخلط ملعقة من العرقسوس، وملعقة من الصعتر، وملعقة من البابونج، وملعقة من الحبة السوداء المطحونة، وملعقة من بذر الكتان المطحون، وملعقة زهر الزيزفون، وتغلى كلها معا غلياً جيداً، ويعبأ في زجاجة ويشرب ملعقة قبل كل أكل بنصف ساعة (مجرب).

٤-تناول ملعقتين من ماء إكليل الجبل مفيد جداً للمعدة.

٥- تناول عصير أو مسحوق عشبة القمح الخضراء مفيد جدا.

٦- نبات آذريون الحدائق Calendula officinalis له مفعول مضاد للجرثومة الحلزونية.

العلاجات الحديثة:

وهي كثيرة جداً، وبين كل فترة وأخرى يظهر علاج جديد له فاعلية عالية، وأهمها:

١-الأدوية المضادة للحموضة، وهي إما أن تكون على شكل محلول غروي أبيض، أو حبوب كبيرة يتم مصها أو مضغها.

٢-الأدوية المضادة للهستامين، وهي أدوية حديثة تقلل من إفراز حامض المعدة، وبالتالي تتيح للقرحة فرصة الشفاء، وهذه الأدوية تستعمل كثيراً هذه الأيام، ومن أشهرها: التاجاميت، والزانتاك، والفامودين، ولكن المشكلة هي في أسعارها المرتفعة، وضرورة استعمالها لعدة أشهر، حتى يكون لها أثر ملموس، مما يجعل كثيراً من المرضى

---

(١) (ر. ع. ح) إمرأة تبلغ ٣٢ عاماً من العمر تعاني من آلام في المعدة، وتم تشخيصها بواسطة المناظر بأنها تعاني من جروح في المعدة (gastric erosians).
قامت هذه المريضة باستعمال حبوب (Tagamet) لمدة شهر، ثم تحولت إلى حبوب (Zantac) لمدة ثلاثة أشهر بناء على وصفة، الطبيب فوجدت فائدة كبيرة لكن كان ينتابها غثيان في أثناء المعالجة، ثم بدأت الأعراض تعود تدريجياً بعد توقفها عن تناول العلاج.
ثم وصف مغلي قشر الرمان (ملعقة صغيرة) تضاف إلى كوب ماء محلى بالعسل حسب الطريقة المذكورة، واستمرت على ذلك لمدة ثلاثة أشهر، فشفيت تماماً والحمد لله، وتمت المتابعة بعد ثلاثة أشهر أخرى من توقف العلاج فقالت إنها في حالة ممتازة بفضل الله.

يتوقفون عن استعمالها، فيؤدي ذلك لعودة المرض من جديد، أما المضاعفات الجانبية لها فهي خفيفة نوعاً ما، وإذا ما تقيد المريض بنظام العلاج فالنتائج جيدة جداً في أغلب الأحوال.

٣-الجراحة: وهي محدودة الاستعمال، ولا يتم اللجوء إليها إلا بعد إخفاق الأدوية الأخرى وزيادة حدة المرض، أو عند حدوث نزف، أو انفجار للقرحة في داخل البطن، وللجراحة عدة طرائق وأهداف مختلفة باختلاف حالة القرحة وخبرة الجرّاح، وحالة المريض العامة.

٤-عدة أنواع من الأدوية الأخرى أقل شهرة من المذكورة أعلاه، يتم وصفها بمعرفة الطبيب المعالج، مثل دواء De- Nol**، مع المضاد الحيوي** Amoxil **للقضاء على جرثومة (هليكوباكتر بايلوري).**

القروح القلاعية (قروح الفم)

(صورة ٢٩)

قروح الفم عبارة عن قروح صغيرة سطحية محاطة بمنطقة حمراء، وأحياناً مغطاة بغشاء كاذب، وقد تكون واحدة أو أكثر، وقد تشمل جدران الفم الداخلية أو اللسان، وتكون مؤلمة جداً خاصة تلك التي باللسان، وتظهر عند أشخاص أكثر من غيرهم، وتتراوح مساحتها من مثل رأس الدبوس، إلى أكثر من ١ سم٢.

أسبابها:

١- غير معروفة، ولكن يبدو أن لدى بعض الأشخاص استعداداً لها أكثر من غيرهم.

٢- نقص كمية الحديد في الجسم، ونقص حامض الفوليك، وفيتامين B12.

٣- الضغوط النفسية والجروح العارضة بالفم، وشرب المثلجات يساعد على ظهور هذه القروح.

وفي العادة فإن القروح الصغيرة (أي التي أصغر من ١سم٢) تشفى تلقائياً خلال (١٠- ١٤) يوماً؛ دون أن تخلف آثاراً، وأما القروح الكبيرة فإنا تحتاج أسابيع حتى تشفى، مع ترك آثار واضحة.

نصائح عامة للوقاية من القروح القلاعية:

١- ممارسة العادات الصحية السليمة؛ لحفظ الصحة، مثل: الرياضة، وتناول المأكولات المغذية.

٢- معالجة أي مرض في الجسم، مثل: اضطرابات الأمعاء، وفقر الدم، وغيرها.

٣- الابتعاد عن التوترات النفسية، واللجوء إلى القرآن، وذكر الله ﴿ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ﴾ **(الرعد: ٢٨)**

٤- استعمال السواك دائماً.

العلاجات الشعبية:

١-مس مكان القروح بالعسل المسخن إلى درجة ٣٩م (٣-٤) مرات يومياً (مجربة)[١].

٢- مستخلص أوراق وجذور الخطمية، ويستعمل غسيلاً ومطهراً للقروح، ويخفف من آلامها.

٣- المضمضمة بمنقوع (صمغ المر) Commiphora myrrh عدة مرات يومياً.

٤- المضمضمة بالكزبرة الخضراء عدة مرات يومياً.

٥- التمضمض بدهن حب البلوط.

٦- استعمال قطرة العكبر (بروبوليس) موضعياً.

العلاجات الحديثة للقروح القلاعية:

١- المضمضمة بالتتراسيكلين:

تفك كبسولة تتراسيكلين عيار ٢٥٠ ملغرام، في ٣٠ سم^{٣} من الماء الدافئ، وتحرّك، ثم يوضع المزيج بالفم بجوار القروح، ويغلق الفم لمدة خمس دقائق، ثم تتفل بعد ذلك، وتكرّر هذه العملية ثلاث مرات يومياً، وتكون نتيجتها أفضل لو استعملت في بداية ظهور القروح.

٢-استعمال مخدر موضعي للألم على شكل مرهم أو جلي مثل: الزايلوكين ٢%، يوضع على القروح قبل تناول الطعام بدقائق، فتتخدر القروح فتسهل عملية تناول الطعام دون ألم لمدة خمس دقائق، وبذا يساعد نفسه على التغذية والشفاء.

٣-استعمال مشتقات الكورتيزون تحت إشراف الطبيب.

٤-استعمال محلول الجنطيانا Gentian violet موضعياً بتركيز ١% ثلاث مرات يومياً، لمدة ثلاثة أيام.

---

(١) تجربة وقائية: ذكر لي أحد الأقارب، والذي كان يعاني من قروح متكررة بالفم أنه تناول ملعقة عسل مع ملعقة حبة السوداء يومياً، لمدة أسبوع، فذهبت عنه القروح لمدة عامين، وبدأت تعود له الآن من جديد، فقرر العودة إلى هذه الطريقة مرة أخرى.

القمل

(صورة ٣٠)

القمل على ثلاثة أنواع:

١- نوع يصيب فروة الرأس فقط، وهو ما ينتشر عادة بين طلبة المدارس وطالباتها.

٢- نوع يصيب جلد البدن.

٣- نوع يصيب جلد العانة.

وسيكون الحديث عن قمل الرأس، لكثرة انتشاره.

قمل الرأس

طرائق العدوى:

١- الانتقال المباشر من رأس الطفل إلى الآخر.

٢- استعمال أدوات المريض المصاب، مثل: المشط، والفرشاة، وغطاء الرأس.

أعراض المرض:

تضع القملة الأنثى بيضها على الشعر، ويظهر ذلك على شكل عقد صغيرة بيضاء (السيبان)، تفقس بعد ٩ أيام، فتخرج منه الحشرة (القملة) الصغيرة، التي تعيش لمدة شهر، ويشكو المريض عادة من حكة شديدة، قد تظهر معها جروح ثم قروح، وبخاصة في أسفل مؤخرة الرأس، مع احتمال ظهور غدد لمفاوية صغيرة في المنطقة.

نصائح وقائية:

١- الوعي الصحي، وعدم استعمال أدوات الآخرين، مثل: المشط، والفرشاة، وعدم الاختلاط بالأطفال حاملي المرض.

٢- حلق رؤوس الأطفال على الصفر، مما يزيل القمل وبيوضه.

٣- إبعاد الفرش والأغطية عن الإنسان لمدة عشر ة أيام، فتموت الحشرات تلقائياً.

العلاجات الشعبية:

١- مقادير متساوية من عصير البقدونس، وعصير البصل، يمزجان في زيت السمسم، وتدهن به فروة الرأس كل يوم، مع التعرض للشمس.

٢- زيت اليانسون، تدلّلك به فروة الرأس.

٣- طلي الرأس بالقطران.

٤- كميات متساوية من الخل، وعصارة القنطوريون الدقيق، تكرر عدة مرات حتى يزول القمل مع التمشيط المتكرر.

٥-يغسل الرأس بمغلي ورق شجرة (الطرفا) Tamarix يومياً لمدة خمسة أيام، مع التمشيط المتكرر.

العلاجات الحديثة:

تتوافر في الصيدليات عدة أنواع من الشامبوات والبخاخات المضادة للقمل، ويمكن استعمالها لفترة وجيزة حسب التعليمات المكتوبة عليها، مع التمشيط المتكرر بعد الحمّام الساخن، ولا يجوز استعمال هذه الأدوية – على فاعليتها – لمدة طويلة؛ لأنها قد تؤدي إلى مضاعفات خطيرة.

لدغة الأفعى

(صورة ٣١)

لدغة الأفعى من الإصابات الخطيرة التي قد تصيب الإنسان، وتهدد حياته بشكل سريع، ومن المهم جداً حين نشخص لدغة الأفعى أن نحدد أمرين:

١- هل الأفعى سامة أم لا؟

٢- إذا كانت سامة: هل هي عضة فقط؟ أم عضة مع وجود سم؟ حيث تبين أن ٣٠-٥٠% من عضات الأفاعي السامة تكون دون إدخال السم للجسم. فإن كانت عضة بدون سم فإنها تُعامل معاملة أي جرح عادي.

أما في حالة جود السم فإنه لا يمكن معرفة شدة السم، ونوع الأفعى من خلاله حالة الجرح والورم الحاصل، فإن ذلك يخدع كثيراً، بل يجب اعتبار أية حالة من هذا النوع حالة طوارئ من الدرجة الأولى.

أما إذا أهمل المصاب، ولم يعالج فإن مكان الإصابة يتورم، ويشتد الألم، وتصاب المنطقة بالتنميل والتخدير، ثم ينتشر الورم إلى باقي العضو المصاب، ثم تتورم الغدد اللمفاوية، وبعدها تنتاب المصاب حالة من الغثيان والقيء، ثم هبوط في ضغط الدم، ثم الغيبوبة فالصدمة مع ضيق في التنفس وارتعاش في العضلات، وقد يشكو المصاب من اختلاف في البصر مع عطش شديد، وقد يحصل نزفٌ تحت الجلد مكان العضة، كذلك نزف في اللثة، أو من مواضع أخرى.

وفي الحالات الشديدة يؤدي الهبوط الشديد في وظائف القلب والرئتين إلى الوفاة.

الإجراءات العلاجية:

إذا كنت في مكان الحادث، وتستطيع إيصال المريض إلى المستشفى في أقل من (٤٠) دقيقة، فما عليك إلاّ أن تشيع الطمأنينة في نفس المصاب، وتجعله يستلقي في موضع مريح، وتنقله إلى المستشفى، مع إبقاء رجله المصابة أخفض من مستوى قلبه، مع عدم السماح للعضو المصاب بأية حركة بتاتاً، ثم إزالة أية ملابس ضيقة أو ساعات وغيرها.

أما إن كان التوصيل إلى المستشفى سيستغرق أكثر من (٤٠) دقيقة فيُفَضَّلُ عملُ جرح مكان العضة بطولٍ لا يزيد على سنتمتر واحد، وبعمق لا يزيد على ثلاث مليمترات، مع محاولةِ سحب الدم من هذا الجرح بواسطة آلة شفط – لو توفرت – أو أنبوبة تشفط من طرفها الآخر، أو وضع قارورة الحجامة، لتسحب الدم المسمم قدر المستطاع، أما سحب الدم عن طريق المص المباشر بالفم فإن في ذلك خطورة كبيرة على المُسعِف، وقد يحصل له ما لا يحمد عقباه.

نصائح عامة:

إن القاعدة الصحية القائلة: (الوقاية خير من العلاج) لها أهمية قصوى في هذه الحالات (أي عضة الحية) وذلك لأن علاج هذه الإصابات قد لا تقل خطورة في بعض الأحيان عن خطورة العضة ذاتها، فالأمصال المستعملة في علاج سم الحية قد تولد حساسية عامّة، وصدمة خطيرة تؤدي إلى الوفاة، ولذا فقد علَّمَنا رسول الله ﷺ كيف نقي أنفسنا من هوام الأرض وحيّاتها، حيث قال:

«من نزل منزلاً فقال: أعوذ بكلمات الله التامات من شر ما خلق، لم يضرّه شيء حتى يرتحل من منزله ذلك» [(١)].

وقد ورد عنه ﷺ أنه كان إذا جاء الليل في السفر يقول:

«يا أرض! ربي وربك الله، أعوذ بالله من شرك وشر ما فيك، وشر ما يدبّ عليك، أعوذ بالله من أسد وأسود، ومن الحية والعقرب، ومن ساكن البلد، ومن والد وما ولد» [(٢)].

كذلك فإن لبس الأحذية ذات العنق الطويل يقي بإذن الله من لدغات الأفاعي والحشرات.

العلاجات من الهدي النبوي:

أجاز رسول الله ﷺ رقية عضة الحية، والرقى كثيرة، ومن أهمها قراءة سورة الفاتحة، مع النفث والتفل، وكلما كانت نفس الراقي أقوى كانت الرقية

---

(١) رواه مسلم.
(٢) أخرجه أبو داود وأحمد.

أتم، واستعانته بنفثه كاستعانة تلك النفوس الرديئة (الحية والعقرب) بلسعها. (انظر فضل سورة الفاتحة).

العلاجات الشعبية لعضة الأفعى:

١- تهرس خمس فصوص من الثوم، وتخلط بفنجان عسل مذاب في مغلي الحبة السوداء، ويشرب ذلك فوراً، ويكرر صباحاً ومساءً، حتى يتم الشفاء بإذن الله، ولا بأس بدهن زيت الثوم، أو وضعه مسحوقاً على مكان الإصابة.

٢- شرب ٥ غرامات من بذر الأترج المقشور.

٣- شرب ماء الليم والخل.

العلاجات الحديثة للدغة الأفعى:

إن العلاجات الحديثة للدغة الأفعى ليست فقط باستعمال المصل المضاد لسم الثعابين، بل أيضاً يكون بتوفير كل الأدوية والأجهزة التي قد يحتاجها المصاب في حالة تطور المرض ودخول المصاب في حالة الخطورة، من انخفاض ضغط الدم، والصدمة، وهبوط القلب، وتعطل عمل الكليتين، وحدوث النزيف... الخ.

لذا فإن توافر هذه الأشياء مهم جداً، وهو من الأسباب الرئيسة في علاج المريض، فلا يتهاونن أحدٌ في ذلك، وهذه الأمور مقدمة على العلاجات الشعبية بمراحل، ويمكن استخدام العلاجات الشعبية في أثناء توصيل المريض إلى المستشفى، وذلك لتخفيف حدة الإصابة، ومكافحة السم في الجسم.

لسعة العقرب

(صورة ٣٢)

لا يكاد يخلو مكان من وجود العقارب، وبخاصة في المناطق الحارة والريفية والصحراوية، وتتراوح أطوال العقارب من نحو: السنتمتر واحد إلى عشرة سنتمرات أو أكثر، وتختلف ألوانها من الأسود إلى البني فالأصفر بدرجاته المختلفة.

وتكون لسعة العقرب بواسطة الإبرة الموجودة في آخر الذيل، حيث يحقن السم داخل جسم الضحية، وتكون أغلب الأعراض عبارة عن ألم حاد مكان اللدغة، مع تورم واحمرار.

والوفيات نادرة بسبب لسعة العقرب، وإن حصلت فإنها تكون عادة في الأطفال، أو ممن كانت لسعته في الوجه.

الهدي النبوي في علاج لسعة العقرب:

روى ابن شيبة في مسنده من حديث عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال:

بينما رسول الله ﷺ إذ سجد فلدغته عقرب في إصبعه، فانصرف رسول الله ﷺ، وقال:

«لعن الله العقرب، ما تدع نبياً ولا غيره، قال: ثم دعا بإناء فيه ماء وملح، فجعل يضع موضع اللدغة في الماء والملح يقرأ: قل هو الله أحد والمعوذتين حتى سكنت» [1].

العلاج الشعبي:

١- تضميد المكان بالملح والثوم.
٢-تضميد المكان بالحنظل المشوي.
٣-تضميد المكان بالملح وبذر الكتان.
٤-شرب العسل والسمن قدر المستطاع، بعد مص مكان السم بالطرائق المذكورة آنفاً.

---

(١) الطب النبوي لابن القيم، والحديث أخرجه الترمذي.

٥- تضميد المكان بنقيع الأفسنتين Artemisia absinthum

العلاج الحديث:

١-إذا كان المصاب بالغاً والعقرب صغيرة، فيُكتفى بحقن مخدَّر موضعي مكان الألم فقط.

٢-إذا كانت العقرب كبيرة أو المصاب طفلاً، فيفضل إعطاء المصل المضاد لسم العقرب بالعضل، مع جرعة كورتيزون وبعض المسكنات الأخرى.

لسع الزنابير والحشرات الأخرى

يفعل الشيء ذاته كما فعل مع لسعة العقرب، إلا أن مصل العقرب لا يُعطى، بل يتم إعطاء علاجات أخرى تخفف من آثار السموم على الجسم، وتدهن موضعياً بمضادات الحساسية.

علاجات شعبية:

١-يضمد المكان بالسبانخ النيء.

٢-يطلى مكان لسعة الزنابير بماء البقل المخلوط بالطين والخل.

٣- وضع لبخة صغيرة من الثوم المدقوق لمدة عشر دقائق.

النكاف Mumps

(صورة ٣٣)

هو مرض معد سببه فيروس يصيب الغدد اللعابية، مما يؤدي إلى تورمها مع حدوث آلام خفيفة فيها، وقد تصاحبه حمّى خفيفة.

وإن أكثر الغدد إصابة بهذا الفيروس هي الغدة النكفية على جانبي الوجه، وتكون الإصابة في معظم الأحيان في واحدة منها.

نصائح عامة:

١-إن هذا المرض لا يصيب الأطفال الذين تم تطعيمهم بلقاح النكاف، ولذا فيجب على الوالدين الحرص على إعطاء أطفالهما جميع التطعيمات الأساسية حسب المواعيد الخاصة بها.

٢-إبعاد الأطفال الأصحّاء عن الأطفال المرضى في حالة اشتباه حدوث هذا المرض المعدي، أو أي مرض آخر له خاصية العدوى.

العلاج:

لا يوجد علاج محدد لهذا المرض، بل يزول من تلقاء ذاته، ويمكن وصف بعض المسكنات فقط، ويمكن التسريع في الشفاء بتناول مادة العكبر(البروبوليس) من مشتقات النحل.

المؤلف في سطور

د/سمير إسماعيل الحلو

- **ولد في عمَّان عام ١٩٥٣م ودرس جميع مراحله التعليمية فيها.**
- **حصل على درجة البكالوريوس في الطب والجراحة من كلية الطب / الجامعة الأردنية عام ١٩٧٨م.**
- **أنهى سنة الامتياز (التدريب) في مستشفى الجامعة الأردنية.**
- **عمل مع وزارة الصحة في المملكة العربية السعودية، قضى شطراً منها في الصحراء مما أكسبه خبرة في حياة البدو وطرق علاجهم.**
- **عمل بعد ذلك طبيباً في الرعاية الصحية الأولية في مراكز مختلفة في المدينة المنورة، وكان لمعايشته واختلاطه مع المراجعين على اختلاف فئاتهم وأجناسهم أثر كبير في توجهه واهتمامه بالأمور الوقائية والعلاجية النابعة من تعاليم الدين الحنيف.**
- **عمل مشرفا فنيا في مركز الطب البديل في المدينة المنورة لمدة عامين.**
- **حصل على شهادة الأكاديمية الأمريكية في طب الأعشاب عام ١٩٩٩م**
- **أسس مع مجموعة من الأطباء والصيادلة والعشابين الجمعية الأردنية للنباتات الطبية وشغل منصب الرئيس لسنوات عديدة.**
- **له عدة مقالات في الطب النبوي والشعبي والحديث نشرت في العديد من المجلات والصحف.**
- **ظهر في عدة قنوات فضائية متحدثا عن طب الأعشاب.**
- **قدم ١٢٠ حلقة برنامج (دواؤك في بيتك) في إذاعة حياة** FM
- **ألف ١٢ كتابا في مجالات مختلفة في الطب النبوي والصحة العامة وطب الأعشاب.**

المراجع العربية:

١- القرآن الكريم.
٢- صحيح البخاري.
٣- صحيح مسلم.
٤- صحيح الجامع الصغير وزيادته للألباني.
٥- زاد المعاد- الجزء الرابع لابن القيم الجوزية- شعيب وعبدالقادر الأرناؤوط.
٦- القانون في الطب- ابن سينا.
٧- تسهيل المنافع في الطب والحكمة – لابن بكر الأزرق.
٨- مع الطب في القرآن الكريم – للدكتور عبد الحميد دياب والدكتور أحمد قرقوز.
٩- نحل العسل في القرآن الكريم والطب- د.محمد علي البني.
١٠- الشفاء في الحبة السوداء بين التجربة والبرهان –طيب عبدالله الطيب.
١١- التيسير في المداواة والتدبير- لأبي مروان بن زهر.
١٢- قاموس الغذاء والتداوي بالنبات- أحمد قدامة.
١٣- الغذاء لا الدواء- د.صبري القباني.
١٤- النباتات الطبية في الأردن- فوزي محمد كريم وصالح أحمد قرعان.
١٥- الأمراض الشائعة والتداوي بالأعشاب- د.هاني عرموش.
١٦- النباتات الطبية –زراعتها، مكوناتها- محمد الحسيني وتهاني المهدي.
١٧- تذكرة أولي الألباب – داوود الأنطاكي.
١٨- الأمراض الجلدية- د. محمود حجازي.
١٩- العلاج بعسل النحل- ن.يويريش- ترجمة د. محمد الحلوجي.
٢٠- الأغذية والأدوية عند مؤلفي الغرب الإسلامي- محمد العربي الخطّابي.
٢١- النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي – المنظمة العربية للتنمية الزراعية.
٢٢- التراث الشعبي- عدد خاص بالطب الشعبي، العددان التاسع والعاشر ١٩٧٨.
٢٣- مجلة الطب العربي.
٢٤- التداوي بعسل النحل – عبد اللطيف عاشور.

٢٥- العلاج بالأعشاب والنباتات الشافية – أحمد المصباحي عوض الله.
٢٦- أسرار الطب العربي – سعيد كوبلي.
٢٧- الصوم الطبي- د. ألان كوت- إعداد فاروق آقبيق ومحمد حسن الحمصي.
٢٨- معجم الأعشاب والنباتات الطبية – إعداد د. حسان قبيسي.

المراجع الأجنبية:

1- Merk Manual 15th Edition.
2- Medicine International Vol 47 1987.
3- Medicine Digest Jon 1990.
4- BACK TO EDEN By: Jethro Kloss.
5- Manual Of Nutritional Therapeutics 2nd Edition 1988.
6- How To Treat Feb 1990.
7- Manual Of Dermatologic Therapeutics 2nd Edition 1981.
8- Modern Medicine Oct.1990.
9- Current Pediatric Diagnosis And Treatmant- 1991.
10- Nutritional Herbology – Maek Pedersan – 1994.
11- Nutritional Healing- J.B, Ph. Balch- 1990.
12- Herbal Healer Publications – 1998.
13- The Herbalist – CD- ROM 1996.
14- Herbal Pharmacy- CD- ROM- 1997.
15- PDR for Herbal Medicine 2005
16- Comprehensive DataBase website 2008

الإسهال (١)





الإمساك: (٢)





البهاق: (٣)





البواسير: (٤)



التبول الليلي عند الاطفال: (٥)







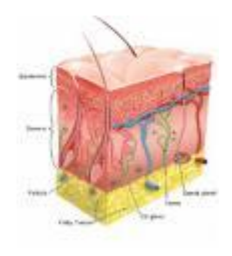


تساقط الشعر: (٦)









الثآليل (٧)







الثعلبة (٨)







جدري الماء (٩)





الجرب: (١٠)







الجروح (١١)





التهاب جفون العين: (١٢)

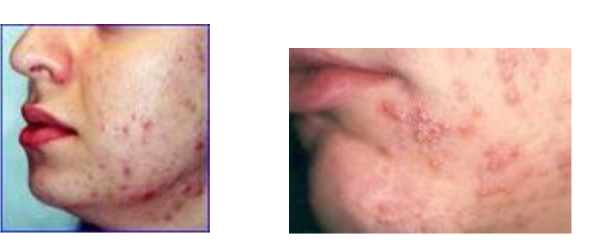








حب الشباب: (١٣)







الحروق: (١٤)



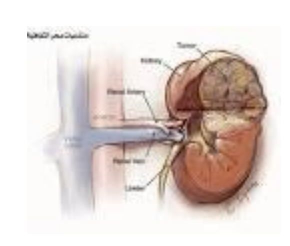






حصيات الكلى : (١٥)







التهاب الحلق : (١٦)

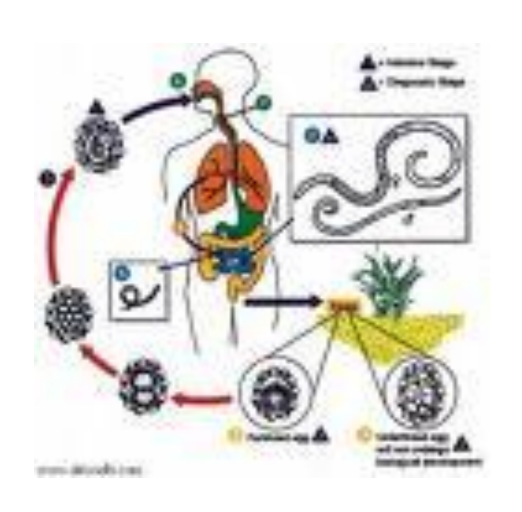




الديدان والطفيليات : (١٧)

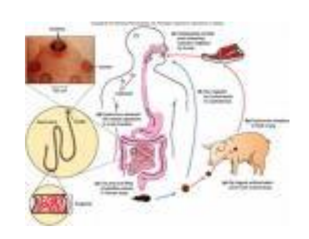


دودة الاسكارس:





الدودة الشريطية:







الربو: (١٨)







الروماتيزم: (١٩)




العلاج بسم النحل: (٢٠)







الزكام ونزلات البرد: (٢١)









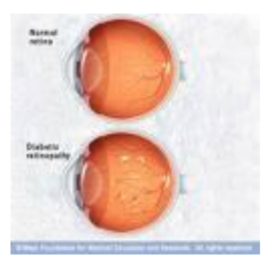


السكري: (٢٢)



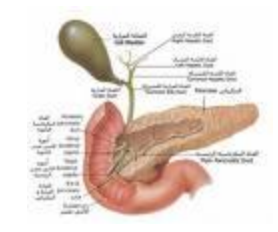










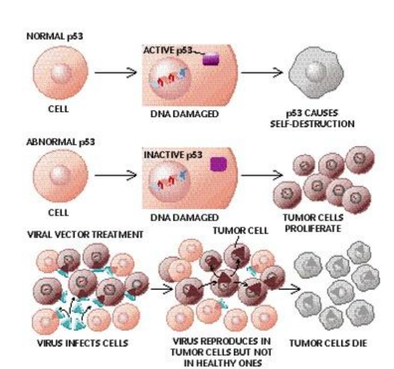




السرطان: (٢٣)



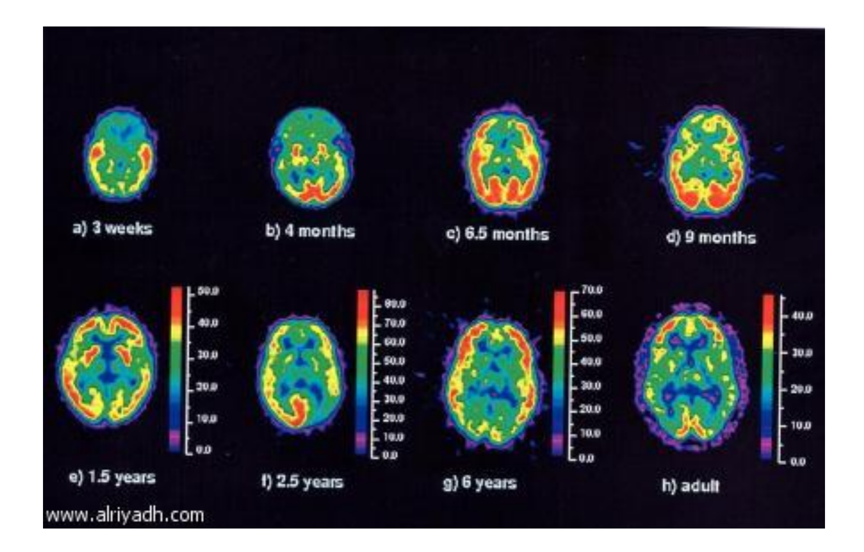




الصرع (٢٤)



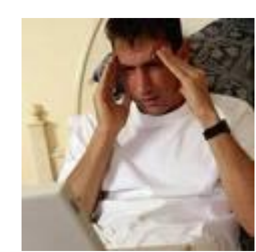


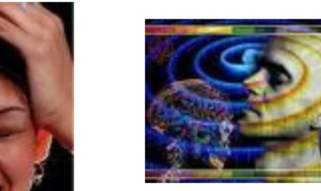





الصداع النصفي : (٢٥)

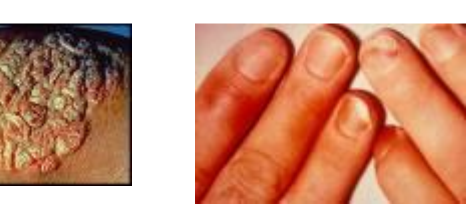


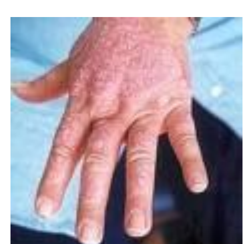


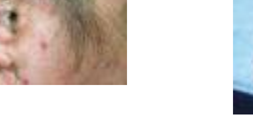



الصداف : (٢٦)







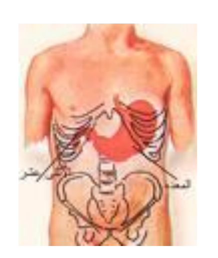
فرط ضغط الدم : (٢٧)

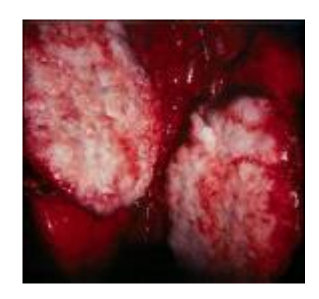




قرحة المعدة والاثنا عشر : (٢٨)

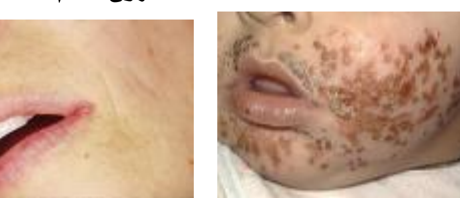








قروح الفم: (٢٩)



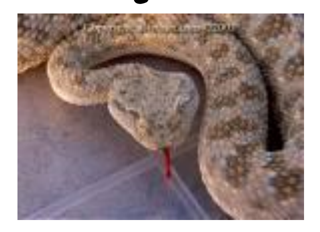


القمل: (٣٠)





لدغة الافعى: (٣١)



العقرب: (٣٢)



النكاف: (٣٣)



قائمة المحتويات